**Мастер-класса для педагогов «Формирование у детей дошкольного возраста культуры здоровья, повышение мотивации к его сохранению через использование здоровьесберегающих технологий»**

[Дошкольное образование](https://old.pedsovet.org/publikatsii/doshkolnoe-obrazovanie)

Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. Оздоровление ребенка-дошкольника, культивирование здорового образа жизни эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования. Одним из средств решения этих задач становятся здоровьесберегающие технологии, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада.

Мастер-класс для педагогов по теме "Формирование у детей дошкольного

возраста культуры здоровья, повышение мотивации к его сохранению через

использование здоровьесберегающих технологий"

Цель мастер-класса:освоение и последующее применение технологий в практической деятельности педагогов.

Задачи мастер - класса:

Сформировать    представление    участников   мастер-класса   по    применению здоровьесберегающих технологий в ДОУ.

Целевая аудитория мастер - класса. Педагоги детского сада.

Организационные  параметры мастер - класса. Рекомендуемое время встречи – 1 час 10 минут. Количество участников — от 8 до 15. Требование к помещению - большое    помещение:    должна   быть    возможность    свободного    передвижения участников, их расположение по кругу, объединения в микрогруппы.

Требования к  материальному  обеспечению  мастер-класса.   Оборудование - мультимедиа - проектор, ПК, экран, крышки, бумага, ручки.

План проведения мастер - класса:

1.Знакомство - приветствие

2. Презентация «Формирование здоровья у дошкольников с туберкулезной интоксикацией»

Упражнение "Воздушный шар" (о ценности здоровья для человека).

3. Рубрика "Наша мастерская"

4*.*Рубрика «Наши советы»

 Об использовании нестандартного, нетрадиционного оборудования в работе с детьми расскажет инструктор ФК Лиходеева И.В.

 «Сухой  дождь»       как  одно  из  средств  сохранения  психологического здоровья дошкольника Попова Е.Н., педагог-психолог

 О влиянии музыки на организм человека расскажет музыкальный  
руководитель Королева Е.В.

5.Изготовление массажера  для спины.

6.Релаксация

ХОД МАСТЕР-КЛАССА

1. Вступительное слово старшего воспитателя *(знакомство-приветствие).*

Добрый день, уважаемые педагоги! Сегодня я с вами хотела бы провести мастер-класс по использованию здоровьесберегающих технологий в ДОУ.

-        Начать нашу встречу нам хотелось бы со знакомства. А чтобы мы познакомились  
друг с другом, давайте поиграем. Тот, у кого в руках мяч, называет свое имя и  
прилагательное на первую букву своего имени, которое бы его характеризовало во  
взаимодействии с другими людьми. Например, НАТАЛЬЯ - НАСТОЙЧИВАЯ,  
Марина - МИРОЛЮБИВАЯ и т.д.

- Итак, мы с вами познакомились, и можем начать работу нашего мастер -класса. Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании    фундамента   физического    и    психического    здоровья    ребенка. Оздоровление ребенка-дошкольника, культивирование здорового образа жизни эти задачи  являются  приоритетными  в  программе  модернизации  российского образования. Одним  из  средств  решения  этих  задач      становятся здоровьесберегающие технологии, без которых немыслим педагогический процесс современного   детского   сада.   Цель   нашей   встречи   сегодня   -   обмен   опытом педагогов-воспитателей  по  использованию  здоровьесберегающих  технологий   в детском саду. Здоровьесберегающая технология, по мнению В.Д.Сонькина - это:

-условия    нахождения    ребенка    в    детском    саду    (отсутствие    стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);

-рациональная  организация  образовательного  процесса (в соответствии возрастными,   половыми,   индивидуальными   особенностями   и   гигиеническими требованиями);

-соответствие учебной и  физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;

-необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Цель здоровьесберегающей технологии - обеспечить дошкольнику высокий уровень реального здоровья, вооружив его необходимым багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, и воспитав у него культуру здоровья.

Сегодняшняя наша встреча, уважаемые коллеги, пройдет в форме телевизионной передачи "Я здоровье берегу - сам себе я помогу!" (включается музыка).

2.Начало программы

Итак, переходим к рубрике "Про здоровье".

Упражнение "Воздушный шар" (о ценности здоровья для человека).

Нарисуйте воздушный шар, который летит над землей. Дорисуйте человечка в корзине воздушного шара. Это Вы. Вокруг Вас ярко светит солнце, голубое небо. Напишите, какие 9 ценностей важные для Вас настолько, что Вы взяли бы их с собой в путешествие (например, деньги, здоровье, семья, работа, любовь и др.). А теперь представьте, что ваш воздушный шар начал снижаться и грозит скоро

упасть. Вам нужно избавиться от балласта, чтобы подняться вверх. Сбросьте балласт, то есть вычеркните 3 (а потом еще 3) слова из списка. Что вы оставили в

списке?

Все зачитывают по кругу свои жизненные ценности. Ведущий записывает их доске. Если слова повторяются, то старший воспитатель ставит плюсы. Затем определяется рейтинг жизненных ценностей по количеству плюсов и по важности для присутствующих. Например, 1 место - здоровье, 2 место - семья и т.д.

Как известно, хорошее здоровье способствует успешному обучению, а успешное обучение - улучшению здоровья. Образование и здоровье неразделимы. В последнее время все очевиднее становится катастрофическое ухудшение здоровья воспитанников. Педагоги все острее понимают свою ответственность за благополучие новых поколений. На первый план выступает воспитание у детей потребности в здоровье как жизненно важной ценности, сознательного стремления к ведению здорового образа жизни.

Одной из приоритетных задач нового этапа реформы системы образования

становится сбережение и укрепление здоровья воспитанников, формирование у них

ценности  здоровья, выбора образовательных технологий, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье воспитанников. Здоровье - бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества.

Невозможно    решить    данную    проблему    здоровья,    применяя    только традиционные педагогические технологии. Вот почему мы сегодня и поговорим здоровьесберегающих технологиях,  в частности  о  тех,  которые     используются нашими педагогами в детском саду.

Ведущий: Как известно, хорошее здоровье способствует успешному воспитанию и обучению, а успешное воспитание и обучение - улучшению здоровья. Образование и здоровье неразделимы.

Когда впервые детям задаешь вопрос, "что же самое дорогое и ценное, в жизни человека", то чаще всего слышишь в ответ: "деньги", "машина", "золото" и т.д. Иногда после наводящих вопросов называют "здоровье", "жизнь", а бывает, и не

упоминают их в числе основных ценностей. Спрашиваешь: "Вы болеете дети?" Все дружно говорят: "Да" - "А чем вас лечат?" - "Таблетками. А можно быть здоровым без таблеток?" - "Нет!" Такие ответы говорят о том, что детей нужно учить быть здоровыми. Из детства "ребенок выносит то, что сохраняется потом на всю жизнь"

Януш Корчак писал: "Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть

здоровыми  и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясним им, и они будут беречься".

3.Рубрика "Наша мастерская"

Часть 1."Наши технологии":

Об использовании здоровьесберегающих технологий расскажет старший воспитатель Чернышкова Т.В.

Прежде чем мы начнем говорить о здоровьесберегающих технологиях, определим понятие «технология».

1 .Что   такое   «технология»?   Какие   составные   части   входят   в   понятие "технология"?

Ответы педагогов:

- В технологию входят различные формы и методы, которые мы используем в  
своей работе.

-Технология-это      некая     совокупность     приемов     работы      педагога

-Технология - это закономерность в использовании определенных приемов в

работе, подчиненная единой цели.

- Результаты работы по технологии можно отследить, провести мониторинг.

Старший воспитатель Чернышкова Т.В.

Ваши ответы верны. Необходимо объединить их в определение.  (Данное определение предлагается Деркунской В.А. - канд.пед.наук)

Технология - это инструмент профессиональной деятельности педагога, соответственно характеризующаяся качественным прилагательным педагогическая. Сущность педагогической технологии заключается в том, что она имеет выраженную этапность (пошаговость), включает в себя набор определенных профессиональных действий на каждом этапе, позволяя педагогу еще в процессе проектирования предвидеть промежуточные и итоговые результаты собственной профессионально-педагогической деятельности. Педагогическую технологию отличают: конкретность и четкость цели и задач, наличие этапов: первичной диагностики; отбора содержания, форм, способов и приемов его реализации использования совокупности средств в определенной логике с организацией промежуточной диагностики для достижения обозначенной цели; итоговой диагностики достижения цели, оценки результатов.

2. Что такое здоровьесберегающие технологии?

Ответы педагогов:

-Здоровьесберегающие   технологии - это   технологии,   направленные   на  
сохранение здоровья.

- Нужно стремиться к тому, чтобы воздействия педагога не наносили, ущерба  
здоровью детей.

Старший воспитатель Чернышкова Т.В.

Здоровьесберегающие образовательные технологии -

1.системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью егоучастников;

2.качественная   характеристика   педагогических   технологий   по   критерию   их воздействия на здоровье учащихся и педагогов;

3. технологическая основа здоровьесберегающей педагогики.

3.Какую цель преследуют здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании?

Ответы педагогов:

Главная цель в воспитании и образовании дошкольников - это сохранение здоровья. Решению этой цели подчинены многие задачи, которые решает

педагог в процессе своей деятельности. Педагоги в детских садах учат детей культуре здоровья, как ухаживать за своим телом, то есть осознанному отношению к своему здоровью, безопасному поведению.

Старший воспитатель Чернышкова Т.В.

Верно.   Здоровьесберегающие   технологии   в   дошкольном   образовании технологии, направленные   на   решение   приоритетной   задачи   современного дошкольного образования-задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

4.Какие виды здоровьесберегающих технологий используются в дошкольном образовательном учреждении?

Ответы педагогов.

-закаливание, физкультурные занятия, физкультурные минутки, утренняя гимнастика, прогулки на свежем воздухе.

- выполнение требований СанПиН, неукоснительное выполнение режима дня

-педагог добивается создания благоприятной эмоциональной обстановки в

группе

- педагоги осуществляют личностно-ориентированный подход к детям. Это так  
же способствует сбережению здоровья детей.

Старший воспитатель Чернышкова Т.В.

Вы, верно, перечисляете формы работы, которые проводятся в детском саду. Необходимо классифицировать их различные виды. Можно выделить следующие виды   здоровьесберегающих   технологий   в   дошкольном   образовании:   медико-профилактические;     физкультурно-оздоровительные;     технологии     обеспечения социально-психологического    благополучия    ребенка;     здоровьесбережения и здоровьеобогащения    педагогов    дошкольного    образования;    валеологического просвещения   родителей;   Здоровьесберегающие   образовательные   технологии   в детском саду.

Какие   составляющие   элементы   входят   в **физкультурно-оздоровительные**технологии?

развитие  физических качеств, двигательной активности становление физической культуры дошкольников

дыхательная гимнастика,

массаж и самомассаж,

профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки,

воспитание   привычки   к   повседневной   физической   активности   и   заботе   о здоровье

Для  ребенка,  как и для взрослого необходима эмоционально благоприятная обстановка в группе, образовательном учреждении.

4. Рубрика   «Наши советы». Какую работу проводят узкие специалисты,   решая данную задачу, мы сейчас познакомимся.

«Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми дошкольного возраста »   инструктор ФК Лиходеева И.В.

Растить детей здоровыми, сильными - задача каждого дошкольного учреждения. И в наш современный век особенно актуальными задачами являются привитие детям интереса к физической культуре и спорту, а также обучение их доступным двигательным умениям и навыкам.

Успех физкультурно - оздоровительной работы в большей мере зависит от оборудования и пособий, а также от форм, методов индивидуального подхода к детям.

Недостаточная материальная обеспеченность, отсутствие денег на приобретение нужного оборудования, пособий, горячее желание несмотря ни на что, сделать физкультурно-оздоровительную работу в ДОУ занимательной и эффективной, побудили нас к разработке проекта «Движение + движение = формула здоровья» Выполнение проекта послужило началом внедрения новых форм работы с детьми. Разработанные и изготовленные своими руками пособия — несложные, недорогие, вносят в каждое занятие элемент необычности, вызывают интерес детей, желание поиграть с новыми для них атрибутами.

Занятия с нестандартным оборудованием позволяют решать задачи формирования двигательных навыков в основных видах движений, увеличивают количество упражнений для разных групп мышц, развивают творчество воображение у ребят.

Существует множество нетрадиционных методик, позволяющих решить комплекс задач и проблем, стоящих перед педагогами. Для осуществления оздоровительных и коррекционных мероприятий, в нашем детском садувнедрили в практику метод арттерапии, один из современных направлений в оздоровлении.

Арттерапия - это буквально лечение искусством. Лечит любая творческая деятельность - и прежде всего собственное творчество. Арттерапия снимаету любого ребенка, самые разные проявления нестабильности настроения, тревоги,

*Попова Елена Николаевна,*педагог-психолог МОУ детского сада № 241.

В   образовательном   учреждении   осуществляется психолого-педагогическое сопровождение ребенка.  Ребенок,  имеющий какую-либо проблему  в развитии, получает квалифицированную помощь, направленную на индивидуальное развитие. В образовательном  учреждении  может  применяться песочная     терапия психогимнастика и другие формы работы с ребенком.

«Сухой дождь» - шатер из разноцветных атласных лент, расположенных от

теплых тонов к холодным. Закрепленных на подвесной горизонтальной платформе.

Ленты спускаются вниз, словно струи воды, их приятно трогать, перебирать в

руках, проходить сквозь них, касаясь лицом. Проходя через такой "дождь", три-

четыре  раза в течение занятия (от теплых цветов к холодным), "шустрики" заметно

успокаиваются, а "мямлики" (они  ходят по направлению от холодного цвета к

теплому), наоборот,- активизируются.    Разноцветные   "струи"    стимулируют

тактильные ощущения, помогают восприятию пространства своего тела в этом

пространстве. За "струями" можно спрятаться   от   внешнего   мира(пробуют

педагоги).

Что интересного находят дети в играх в сухих бассейнах с шариками? Все просто в  них можно валяться, прыгать, «зарываться» в шарики, веселиться

развлекаться. Это замечательное оборудование поднимает настроение и вызывает

массу  положительных  эмоций  у  детей, оказывает    психотерапевтическое

воздействие, снимает стрессы. Кроме того, играя в таких бассейнах, дети получают

физическую нагрузку, которая положительно сказывается на развитии и здоровье

малышей. Они также дают отличный массажный эффект, улучшая обмен веществ и

кровообращение.

В технологию обеспечения социально-психологического благополучия ребенкавходят:

•  технологии  психологического  или  психолого-педагогического  сопровождения развития ребенка.

Старший воспитатель Чернышкова Т.В.

Педагог, стоящий на страже здоровья ребенка, воспитывающий культуру здоровья ребенка и родителей, прежде всего сам должен быть здоров, иметь валеологические знания, не переутомлен работой, должен уметь объективно оценивать свои достоинства и недостатки, связанные с профессиональной деятельностью, составить план необходимой самокоррекции и приступить к его реализации.

Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов

•   технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов, в том  
числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровое  
образу жизни.