

**Семинар – практикум на тему:
«Здоровьесберегающие технологии в образовательном пространстве
дошкольного учреждения»**

Цель: Систематизировать знания педагогов о значении здоровьесберегающих технологиях в жизни детей дошкольного возраста.

Задачи:

1. Конкретизировать в представлении педагогов в понятии «здоровье», «здоровьесберегающие технологии».
2. Классифицировать формы работы в области здоровьесберегающих технологий.
3. Способствовать развитию педагогического мышления и создать благоприятную атмосферу для творческой работы всех участников семинара.

Ход семинара

Инструктор начинает педсовет с притчи. «Давным-давно, на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Долго думали они, каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным». Но один из богов сказал так: «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам». И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие - за высокие горы.

Как вы думаете, куда спрятали боги здоровье?

Один из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека». Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов! Значит, здоровье-то оказывается спрятано и во мне, и в каждом из нас и в каждом ребёнке.

Итак, тема нашего сегодняшнего педсовета посвящена здоровью.

В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения говорится, что здоровье - это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.

Здоровьесбережение – это активность людей, направленная на улучшение и сохранение здоровья, а также согласованность и единство всех уровней жизнедеятельности человека.

Технология (от греческих слов «techne» - искусство, умение и «logos» - учение, наука) - совокупность знаний и способов деятельности.

Таким образом, «Здоровьесберегающая технология» - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения, навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Здоровьесберегающие применяются в различных видах деятельности. Выделяются три группы здоровьесберегающих технологий: технологии сохранения и стимулирования здоровья, технологии обучения здоровому образу жизни, коррекционные технологии.

Понятие «здоровьесберегающие технологии» появилось в педагогическом лексиконе в последние несколько лет и до сих пор воспринимаются многими педагогами как аналог санитарно-гигиенических мероприятий. А на самом деле, мы каждый день используем эти технологии даже не замечая это.

Работа педагогов «Мозговой штурм».

Уважаемые педагоги, перед вами карточки с названием здоровьесберегающих технологий, вам нужно выбрать две, знакомые вам технологии. Вам нужно распределить технологии по группам.

(Технологии: динамическая пауза, физкультминутки, подвижные игры, утренняя гимнастика, релаксация, гимнастика для глаз, гимнастика после сна, пальчиковая и дыхательная гимнастика, физкультурные занятия, занятия по валеологии, коммуникативные игры, самомассаж, арт-терапия, цветотерапия, сказкотерапия, артикуляционная гимнастика, музыкотерапия, стопотерапия).

Разложить их на три группы здоровьесберегающих технологий (технология сохранения и стимулирования здоровья, технология обучения здоровому образу жизни, коррекционные технологии).

Педагоги раскладывают карточки на группы, при этом анализируют и аргументируют свой выбор.

Мастер-класс инструктора по ФК «Самомассаж, стопотерапия, музыкатерапия, цветотерапия – новые здоровьесберегающие технологии для дошкольников».

1. Игровой самомассаж - нетрадиционный вид упражнений, помогающий естественно развиваться организму ребенка, морфологически и функционально совершенствоваться его отдельным органам и системам.

«Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, с музыкальным сопровождением, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

Игровой самомассаж: «Перышко», «Салат», «Ежик», «Моя ладонь»

2. Стопотерапия - как средство профилактики и коррекции патологии плоскостопия

«Стопотерапия» - специально-коррекционное занятие ЛФК, направленное на устранение дефектов, восстановление утраченных функций организма ребенка. Стопотерапия проводится с целью профилактики и лечения плоскостопия. В ходе занятия повышается выносливость стопы к нагрузкам, укрепляются мышцы, которые принимают активное участие в поддержании свода стопы, идет разработка голеностопного сустава, суставов пальцев ног,

улучшается кровообращение, рефлекторное взаимодействие движений с центральной и периферической нервной системой, укрепляются нижние конечности.

Корректирующая дорожка из подручного материала. Педагогам предлагается пройти по этой дорожке.

3. Цветотерапия — немедикаментозный метод лечения. Такое лечение активно используется с древних времен. Еще в Древнем Египте было замечено благотворное влияние отдельных цветов, их оттенков на эмоциональное, психическое состояние человека. Современная медицина положительно оценивает влияние цветотерапии на состояние детей, немедикаментозная составляющая данного вида терапии служит укреплению здоровья детей и лучшей адаптации к взрослой жизни.

А сейчас вам предстоит выбрать карточку того цвета который вам ближе всего или симпатизирует, выбрали? А теперь познакомьтесь со своими характеристиками.

4. Музыкаотерапия – это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях, а также для лечения различных соматических и психосоматических заболеваний.

Слово «музыка» происходит от греческого корня (мюзе). Специалисты по мифологии говорят, что девять муз, небесных сестер, правящих пением, поэзией, искусствами и наукой, были рождены от Зевса и Мнемозины, богини памяти. Таким образом, музыка – это дитя естественной любви, обладающая грацией, красотой и необычными целебными свойствами, которые неразрывно и изначально связаны с божественным порядком и памятью о нашей сути и судьбе.

Терапия – в переводе с греческого «лечение».

Таким образом, термин «музыкаотерапия» обозначает использование музыки в целях восстановления и укрепления здоровья.

Уважаемые педагоги, мы с вами добавили в нашу копилку еще несколько новых технологий. Надеюсь, что вы будете их использовать в своей работе.

Я вам предлагаю встать в круг. Я хочу вас познакомить с игрой «Аплодисменты друг другу»

Игра «Аплодисменты друг другу»

Цель: снять напряжение и усталость, поблагодарить всех участников за работу. Ведущий начинает хлопать в ладоши и смотрит на кого-то из участников. Они начинают хлопать вдвоем. Участник, на которого посмотрел ведущий, смотрит на другого участника, включая его в игру. Таким образом, начинают хлопать все участники.

