**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Лилия» общеразвивающего вида Сармановского муниципального района РТ**

***Деловая игра с элементами тренинга для педагогов***

**«Особенности здоровьесберегающих**

**технологий в детском саду»**

**Краткая аннотация**

**Подготовила: Шамигулова Г.Н.**

Деловая игра с элементами тренинга разработан с целью повышения знаний педагогов о значении освоения методов оздоровления и здоровьесберегаю-

щих технологий в жизни детей. Дать определение понятию здоровья. Познакомить участников тпрекнинга с здоровьесберегающими технологиями в ДОУ, а так же с нетрадиционными формами оздоровления детей.

Деловая игра с элементами тренинга рассчитан на педагогов ДОУ с целью заинтересованности в работе по-новому.

**Цель:** повышение профессиональной компетентности педагогов в вопросах здоровьесбережения дошкольников.

**Задачи:** освоение на практике новых здоровьесберегающих технологий.

**Актуальность проблемы**

Жизнь в ХXI веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной   на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья детей.

**Здоровье –** это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов

 (Всемирная организация здравоохранения).

Как известно, хорошее здоровье способствует успешному обучению, а успешное обучение – улучшению здоровья. Образование и здоровье тесно связаны.

В последнее время все очевиднее прослеживается тенденция к ухудшению здоровья воспитанников.

Усилия работников ДОУ сегодня как никогда направлены на оздоровление ребенка – дошкольника, на формирование и развитие здорового образа жизни, так как педагоги все острее понимают свою ответственность за благополучие новых поколений.

Именно поэтому эти задачи являются приоритетными в программе модер-

низации российского образования. Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада.

**Оснащение:** ватман, бумага А-4, карандаши, мелки цветные, ручки, раздаточный материал, доска магнитная, маркеры, наглядность для доски, яблоки и дерево для рефлексии.

**1. Вступительное слово**

Педагог:

-Здравствуйте, уважаемые коллеги!

- Крикните громко и хором, друзья,

- Помочь откажетесь мне? (нет или да?)

- Деток вы любите? Да или нет?

- Пришли вы к нам на игру,

- Сил совсем нет,

- Вам лекции хочется слушать здесь? (Нет)

- Я вас понимаю…..

- Как быть господа?

- Проблемы детей решать нужно нам? (Да)

- Дайте мне тогда ответ,

- Помочь откажетесь мне? (Нет)

- Последнее спрошу у вас я:

- Активными все будете? (нет или Да)

Педагог: «Итак, с прекрасным настроением и позитивными эмоциями мы начинаем деловую игру «Особенности здоровьесберегающих технологий в детском саду».

**2. Упражнение «Воздушный шар»**

(о ценности здоровья для человека)

**Ход.** Педагог раздаёт листы А-4 на которых изображён воздушный шар. Педагог: «На рисунке вы видите 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. Педагог-психолог записывает их на доске. Если слова повторяются, то педагог-психолог ставит плюсы. Затем определяется рейтинг жизненных ценностей по количеству плюсов и по важности для присутствующих.  Например, 1 место – здоровье, 2 место – семья. Обсуждение результатов.

**3. Теоретическая часть**

Педагог: «На первый план в дошкольном возрасте выступает воспитание у детей потребности в здоровье как жизненно важной ценности, сознательного стремления к ведению здорового образа жизни. Работа по формированию здорового образа жизни детей дошкольного возраста в условиях ДОУ будет эффективной, если учитывать:

- возрастные и индивидуальные особенности детей;

- использовать разные формы работы по формированию здорового образа жизни дошкольников;

- систематически и целенаправленно проводить работу по внедрению здорового образа жизни с  семьями воспитанников.

Однако, невозможно решить проблему здоровья, применяя только традиционные психолого-педагогические технологии. Вот почему мы сегодня и поговорим о здоровьесберегающих технологиях.

Итак, «здоровьесберегающие технологии» - это целостная система воспи-тательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мер, ко-торые осуществляются в процессе взаимодействия («ребёнка и педагога», «ребёнка и родителей», «педагога и родителей»), и направлены на сохра-нение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

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

Основными **задачами** являются:

*-* создание максимально благоприятных условий для умственного, нравственного, физического, эстетического развития личности;

- охрана и укрепление психофизического здоровья детей;

- совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям средствами здоровьесберегающих технологий;

- воспитание потребности в здоровом образе жизни;

- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями.

Современные здоровьесберегающие технологии используемые в системе дошкольного образования отражают две линии оздоровительно-развивающей работы:

-  приобщение детей к физической культуре;

- использование развивающих форм оздоровительной работы.

Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:

- медико-профилактические;

- физкультурно-оздоровительные;

- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;

- здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования;

- технологии просвещения родителей;

- здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

**Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов**- технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни. Здоровьесбережение в работе с педагогами ДОУ:

- Семинары-тренинги.

- Консультации для педагогов.

- Практикум для педагогов ДОУ.

- Обсуждение вопросов здоровьесбережения на педагогических советах и медико-педагогических совещаниях в группах.

Технологии сохранения и стимулирования здоровья с детьми:

- Динамические паузы;

- Подвижные и спортивные игры;

- Релаксация;

- Пальчиковая гимнастика;

- Гимнастика для глаз;

- Дыхательная гимнастика;

- Музыкотерапия.

- Цветотерапия (хромотерапия).

- Арт-терапия.

- Сказкотерапия.

В целом, это те технологии, которые мы используем каждый день в нашей работе».

**4. Спортивная сказка «Репка»**

Педагог: «Я предлагаю вам поиграть в игру, размяться и снять напряжение и усталость».

Ход: Пошел дед в огород (ходьба друг за другом), посадил репку (приседание с прямой спиной), и не одну, а много (серия приседаний). Выросла репка большая-пребольшая (потянуться вверх). Стал дед репку тянуть (наклоны с прямой спиной). Тянул, тянул…не вытянул. Позвал дед бабку. Пошла бабка в огород (ходьба с перекатом). Стали тянуть репку (наклоны с прямой спиной), не вытянули. Позвали внучку (ходьба на носочках). Стали тянуть репку (наклоны с прямой спиной), не вытянули. Пришла Жучка (ходьба на коленях с опорой на ладони), не вытянули репку. Прибежала Мурка, спинку выгибает (стоя на четвереньках, прогибать спину), хвостиком машет (повороты таза в стороны, не отрывая ног от пола). Не вытянули репку. Позвали мышку (легкий бег на носочках). Взялись друг за друга (сесть друг за другом, ноги упираются в спину сидящего), потянули репку (наклоны вперед) и вытащили репку. Устали, легли на спину. А потом встали, показали, какая репка была большая (потянулись вверх), и захлопали от радости в ладоши (хлопки над головой). В конце сказали на выдохе: «Тянули, тянули…вытянули репку!»

**5. Рефлексивно-ролевая игра**

Педагог: Я предлагаю вам поработать в мини группах и закрепить новую информацию.

На сначала давайте ответим на вопрос: «Какие глобальные факторы оказывают негативное влияние на здоровье ребенка?»

Ответ:

1. Экологическая неблагоприятная ситуация в городе.

2. Высокий уровень родовых травм, наследственной предрасположенности.

3. Негативное влияние образования на здоровье детей.

А теперь постарайтесь ответить на такой вопрос: «Что мешает ребёнку быть здоровым? Найти надо причины, которые оказывают неблагоприятное воздействие на здоровье ребёнка дошкольного возраста,

исключая и не затрагивая глобальные причины: наследственная предрасположенность, экология. Нужно найти те причины, на последствия которых можем повлиять именно мы, как педагоги».

**Ход.** Участникам каждой группы необходимо определить те причины, которые, с их точки зрения, мешают ребёнку, который посещает детский сад, быть здоровым (одна команда – от лица воспитателей, другая – от лица родителей).

**Воспитатели:**

1. Любая работа без обратной связи непрофессиональная.

2. Педагогам нужно научиться заботиться о своем здоровье. Принцип "Начни с себя" очень важен в деятельности любого педагога.

3. В работе с детьми недостаточно используются здоровьесберегающие технологии. Воспитателям надо повышать свою квалификацию по этому вопросу.

4. Не все приемы, используемые в педагогической работе, оказывают положительное влияние на здоровье детей.

5. Организация работы с родителями на недостаточном уровне.

6. Температурный режим в группах превышает нормы температуры по САНПИН.

7. Чтобы дети имели возможность больше двигаться, необходимо приобретать многофункциональное модульное оборудование

8. Большая наполняемость групп.

**Мнение родителей:**

1. Родители заняты добыванием денег на хлеб насущный. Живут по прин-

ципу: "Будут деньги - займемся здоровьем".

2. У больных и неграмотных в вопросах здоровья родителей не может быть здоровых детей.

3. Оценка результатов обучения детей является стресс - фактором для родителей.

4. Необходимо проводить работу с родителями, направленную на формировании в семье ЗОЖ, на профилактику вредных привычек.

Итак, причины, **мешающие ребенку быть здоровым**:

1. Подготовка детей к дошкольному учреждению на недостаточном уровне, родители не знают и не соблюдают режим дня дошкольных учреждений.

2. Нерегулярное проведение профилактических мероприятий с детьми.

3. Несоблюдение температурного и питьевого режима в группах.

4. На недостаточном уровне проводится работа с родителями.

5. Маленькая двигательная активность детей в группах и на улице.

6. Незнание педагогами методики проведения **здоровьесберегающих технологий**.

7. Недостаточная забота о **здоровье педагогов**.

8. Нет тесного сотрудничества между воспитателями, родителями, медицинским персоналом.

Ключевой вопрос: каким образом мы можем на это повлиять?

Задача образовательного учреждения - сохранить и укрепить **здоровье своих воспитанников**, т. е. профилактическая.

**6.** **Кроссворд «Здоровье – это движение!»**

Записываем ответы по порядку по горизонтали:

1. Основной и любимый вид деятельности детей (игра).

2. Гимнастический предмет для совершенствования талии (обруч).

3. Кружок физического воспитания (секция).

4. Один из видов движения (метание).

5. Гимнастические танцы под музыку (аэробика).

6. Один из способов пробуждения организма (гимнастика).

7. Один из видов профилактики заболеваний (закаливание).  
Должно получится слово по вертикали:

8. То, что предотвращает заболевание (профилактика).

**7. Немного о серьёзном в шутку**

**Шуточная сказка «Красная шапочка»**

- Бабушка, бабушка, а почему у тебя такое морщинистое лицо?

- Это потому что я не любила умываться по утрам и вечерам, моя внученька.  
 - Бабушка, а почему у тебя такие желтые зубы?  
 - Потому, что я их не чистила и курила, как и твой дедушка.  
 - Бабушка, бабушка, почему у тебя такие тусклые глаза?  
 - Потому, что я не любила, есть морковь, моя внученька.  
 - Бабушка, бабушка, а почему ты вся дрожишь и медленно ходишь?  
 - Это потому, моя деточка, что по утрам никогда не делала зарядку.

*Если ты не хочешь выглядеть, как эта бабушка, веди здоровый образ жизни!*

**8. «Мозговой штурм»**

От чего зависит здоровье детей? ***Организация оптимального* *двигательного режима; прогулка; проветривание; профилактика* *простуды; безопасно организованная среда; соблюдение режима* *дня и т.д.***

Что включает в себя цикл по безопасности жизнедеятельности детей? Другими словами: что или кто может повлиять на безопасность жизнедеятельности детей? ***Ребёнок и люди; Ребёнок и природа; Ребёнок и дом; Здоровье ребёнка;*** ***Эмоциональное благополучие ребёнка; Ребёнок на улице.***

Назовите формы работы, направленные на физическое развитие детей. ***Занятия, утренняя гимнастика и после дневного сна,* *прогулки, подвиж-***

***игры, физминутки.***

Что такое безопасность? ***Когда нет никакой опасности здоровью и жизни.***

Основное специфическое средство физического воспитания? ***Физические упражнения.***

Что такое психическое здоровье детей?

Детский туризм это? ***Прогулки, экскурсии****.*

Ходьба, бег, прыжки, лазание, метание **– *основные виды движений****.*

Вы были на прогулке с детьми, когда пошёл дождь. Как это погодное явление превратить в фактор детского развития? ***П.И. «Убежали от дождика» или в экологически чистом районе использовать как фактор закаливания.***

Передвижение себя самого, что это? *(Ходьба)*

В здоровом теле здоровый? *(дух)*

Продолжите пешком ходить – долго? (жить)

**9. Рефлексия**

**Ход.** Воспитатели называют формы работы, направленные на оздоровление физическое развитие детей, а ведущий на доске записывает. **Ключевой вопрос,** какие здоровьесберегающие образовательные технологии исполь-

зуют в работе вы? Например, «подвижные игры», «спортивные игры» ,

«гимнастика пробуждения», «психогимнастика», «пальчиковая гимнастика», «цветотерапия», «сказкотерапия».

Затем педагогам предлагается оценить себя по каждому разделу, используя цветные кружки-яблоки, которые крепятся к доске, на которой изображено дерево:

- зеленое яблоко – хорошие знания, нет затруднений;

- желтое яблоко – слабо, недостаточно знаю, не всегда получается;

- красное яблоко – внимание – беда, не знаю, не получается.

В результате наглядно видно, какая из проблем вызывает затруднения у большинства педагогов.

Например, какие формы работы можно применять в своей деятельности воспитатель: физкультурные занятия, утренняя гимнастика, прогулки, подвижные игры, походы, закаливание, гимнастика после сна, физминутки, пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, массаж, спортивные развлечения, спортивные праздники, походы, дни здоровья, самостоятельная деятельность детей.

Педагог-психолог: «Сегодня мы много говорили о здоровье, о здоровье наших детей. А сейчас я предлагаю вспомнить о собственном здоровье. Все мы прекрасно понимаем, как важно беречь свое здоровье. Но делаем ли мы что-то для того, чтобы сохранить его на долгие годы? Давайте ответим на несколько вопросов теста и узнаем, как мы относимся к своему здоровью».

**10. Тренинг «Моё здоровье»**

1. Ваш любимый напиток?

2. Как вы относитесь к жирной пище?

3. Если вас одолела бессонница, вы:

4. Если у вас нет жалоб, ходите ли вы к врачам?

5. Если что-то заболело, сразу ли вы обратитесь к врачу?

6. Дружите ли вы со спортом?

7. Принимаете ли вы лекарства?

8. Если у вас дурное настроение, вы:

**11. Подведение итогов. Выводы**

Здоровье – самый главный показатель жизнедеятельности каждого человека, и только с хорошим здоровьем можно жить полноценной жизнью.

С самого раннего детства каждый из нас осознаёт важность разумного отношения к своему здоровью.

В. А. Сухомлинский говорил: «Забота о человеческом здоровье, о здоровье ребенка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм, не свод требований к режиму, питанию, труду и учебе. Это прежде всего забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил».

Детский сад должен стать садом, где ребенка научат с ранних лет заботиться о своем здоровье. А это зависит от нас, взрослых, так как мы подаем пример своим поведением.

Каждый из нас знает, что своё здоровье или близких тебе людей нельзя купить ни за какие деньги. Оно сохраняется или приобретается ежедневным трудом.

Давайте «здоровье» поставим на 1-ое место. И давайте привычку вести здоровый образ жизни не оставлять на понедельник, а начнем прямо сейчас.

Сохранение и укрепление здоровья воспитанников – основная задача дошкольных учреждений на сегодняшний день.