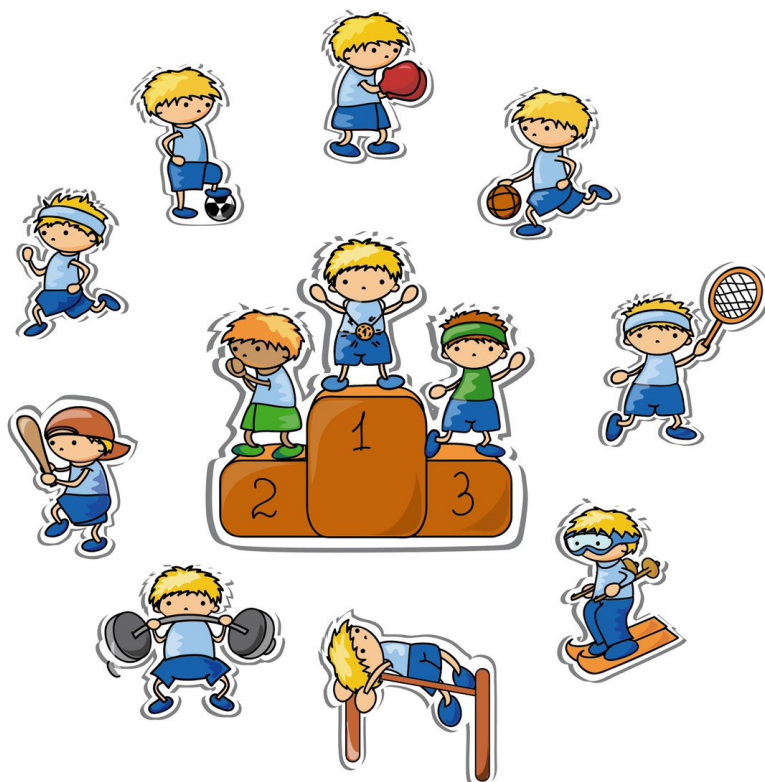


МАДОУ НТГО детский сад «ЁЛОЧКА»



Педагогический практикум для педагогов: (в форме игры – тренинг)

«Здоровье-жизнь, а жизнь-движение!»



Подготовила: ХАНДОШКА Е.Б
Инструктор по физической культуре
ВКК

2023 год

Актуальность.

Поиск средств и методов повышения эффективности оздоровительной работы в дошкольных образовательных организациях становятся актуально значимыми и с каждым годом все более востребованными. Технологии, как эффективная система мер профилактической работы с детьми, направленная на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, получили название «здоровьесберегающие технологии».

«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. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников. 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.

Пояснительная записка.

Игра – тренинг для педагогов разработана с целью повышения знаний педагогов о значении здоровьесберегающих технологий в жизни детей. Педагогам предложены для ознакомления новые формы работы в образовательной области «Физическое развитие» с учетом ФГОС ДО и ФОП ДО. Игра – тренинг рассчитана на педагогов ДОУ и родителей с целью заинтересованности в работе по-новому.

Возникают инновационные методики, технологии, разрабатываются новые программы, но на первом месте всегда остаётся здоровье наших детей! Именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, привычка к здоровому образу жизни, общая выносливость, работоспособность организма, возрастает двигательная активность и другие качества, необходимые для полноценного развития личности. Сегодня недостаточно тех проводимых мероприятий, которые мы проводим обычно, то есть физкультминутки, игры и пальчиковые гимнастики. Необходимы новые формы и методы работы. Предлагаемые здоровьесберегающие технологии, надеюсь, знакомы всем специалистам и педагогам и сегодня мы с вами их повторим. Я предлагаю новый взгляд на традиционные средства оздоровления. В сочетании с методами здоровьесбережения эти средства становятся действенной силой решения важнейших задач сохранения физического и психического здоровья. Поэтому педагоги дошкольных организаций, должны комплексно решать задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка, подготовки его к школе, активно внедряя в этот процесс наиболее эффективные технологии здоровьесбережения.

Целевая аудитория игры-тренинга: педагоги и специалисты.

Методы и приёмы: наглядный, репродуктивный, практический.

Организационные параметры игры-тренинга: игра-тренинг состоит из одной встречи, рекомендуемое время 20 -25 минут, количество участников от 7 до 21 человека, демонстрационный материал: ноутбук, экран, раздаточный картотека пословиц, нетрадиционный инвентарь парашют и различный спортивный инвентарь.

Эффективная интерактивная форма работы с педагогами: игра-тренинг предполагает предварительный тест-опрос по предлагаемой теме и выполнение практических заданий и игровых упражнений, которые выполняются в ситуации реальной практической деятельности педагогов. Форма работы с педагогами направлена на практическое освоение игровых упражнений с авторским нестандартным игровым инвентарем «Чудо-парашют».

Цель игры-тренинга: расширение представления педагогов об использовании нестандартного инвентаря «Чудо-парашют», как средства повышения двигательной активности детей, направленной на сохранение и укрепление здоровья и физического развития дошкольников и обобщить знания педагогов о структуре организации физической активности детей в ДОУ.

Задачи игры-тренинга:

- Формировать и закреплять профессиональные знания, умения и навыки педагогов в работе с детьми по сохранению и укреплению здоровья.
- Расширять представления педагогов об использовании занимательных физических упражнений с нетрадиционными предметами для укрепления здоровья и физического развития дошкольников.
- Внедрить в режим новые игровые задания, игры, упражнения с использованием нестандартного инвентаря для повышения двигательной активности детей.
- Способствовать развитию педагогического мышления и творческого потенциала педагогов по применению эффективных форм, новых технологий с нетрадиционными предметами и атрибутами для укрепления здоровья и физического развития дошкольников.
- Создать благоприятную атмосферу для плодотворной работы всех участников.

Ожидаемый результат игры-тренинга: повышения уровня профессиональной компетенции педагогов ДОУ по использованию различных форм, средств, технологий, методов и приемов для сохранения и укрепления здоровья и физического развития дошкольников.

Организационно-подготовительный момент.

Инструктор по физической культуре-мастер знакомит членов педагогического коллектива с основными идеями педагогического опыта, системой работы, авторскими находками своей физкультурной образовательной системы и практическими рекомендациями по ее реализации.

ХОД

Первая часть:

Добрый день, уважаемые коллеги! Я рада приветствовать Вас на педагогическом практикуме, который проведем в форме игры – тренинга на тему: «Здоровье -жизнь, а жизнь движение!».

Прежде чем начать, я хочу рассказать Вам одну притчу. Давным-давно, на горе Олимп жили–были боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Стали думать: Каким должен быть человек? Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным». А 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. А самый мудрый из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека. Пусть он его поищет!». Так и живёт с давних времён человек, пытаюсь найти своё здоровье. Только вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов! А помочь ребёнку найти этот дар, сохранить и укрепить должен воспитатель!

И слова Сухомлинского актуальны сегодня как никогда:

Я не боюсь ещё и ещё раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависят их духовная жизнь и мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

В. А. Сухомлинский

И по этой причине выбрана тема игры-тренинга: «Здоровье -жизнь, а жизнь движение!», но с детьми мы будем придерживаться девиза: «Вместе играем, здоровье укрепляем». Подвижные, спортивные игры и игровые движения – естественные спутники жизни ребёнка, обладающие великой воспитательной силой, формирующие физические и личностные качества ребёнка. Нет задачи важнее и вместе с тем сложнее, чем вырастить здорового человека.

Сегодня мы с вами поговорим о современных подходах здоровьесберегающих технологий в ДОО, которые отлично сочетаются с традиционными формами и методами в педагогике, дополняя их различными способами осуществления оздоровительной работы.

Использование таких технологий решает целый ряд задач:

- закладывание фундамента хорошего физического здоровья;
- повышение уровня психического и социального здоровья воспитанников;
- проведение профилактической оздоровительной работы;
- ознакомление дошкольников с принципами ведения здорового образа жизни;
- мотивация детей на здоровый образ жизни;
- формирование полезных привычек;
- формирование валеологических навыков;
- формирование осознанной потребности в регулярных занятиях физкультурой;
- воспитание ценностного отношения к своему здоровью.

Выбор здоровьесберегающих технологий в ДОО зависит от:

- типа дошкольной организации;
- конкретных условий ДОО, (РППС);
- продолжительности пребывания детей в ДОО;
- профессиональной компетенции педагогов;
- показателей здоровья детей.

Сейчас мы немного освежим память и вспомним теорию. Выполним небольшой тест. Задание 1. Выберите правильный ответ:

1. На сколько категорий можно разделить Здоровьесберегающие педагогические технологии...

- а) одна;
- б) две;
- в) три.

2. Перечисленное: (*стретчинг, динамические паузы (физкультминутки), подвижные и спортивные игры, релаксации, гимнастики (пальчиковая, для глаз, дыхательная и др.), гимнастика динамическая, корригирующая, ортопедическая, кинезиологическая гимнастика (гимнастика мозга(ума)), дорожки (тропинки, лабиринты) здоровья, гимнастика пробуждения (после сна), бодрящая гимнастика*) к какой категории Здоровьесберегающей педагогической технологии относится ...

- а) Технологии сохранения и стимулирования здоровья;
- б) Технологии обучения здоровому образу жизни;
- в) Коррекционные технологии.

3. Перечисленное: (*физкультурные занятия (в соответствии с ФОП), утренняя гимнастика, занятия в бассейне, проблемно-игровые: игротренинги, игротерапия, коммуникативные игры, серия валеологических занятий «Уроки здоровья», «Я и мое тело», «Витамины вокруг нас», точечный самомассаж, элементы упражнений йоги, дополнительное образование (кружки, студии, секции), досуги, спортивные праздники*) к какой категории Здоровьесберегающей педагогической технологии относится ...

- а) Технологии сохранения и стимулирования здоровья;
- б) Технологии обучения здоровому образу жизни;
- в) Коррекционные технологии.

4. Перечисленное: (*ЛФК, технологии музыкального воздействия (музыкотерапия), арт-терапия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом (цветотерапия), психогимнастика, фонетическая ритмика, массаж и самомассаж (точечный, антистрессовый), артикуляционная гимнастика, су-джок терапия, ароматерапия, смехотерапия, игротерапия, песочная терапия, мимическая гимнастика*) к какой категории Здоровьесберегающей педагогической технологии относится ...

- а) Технологии сохранения и стимулирования здоровья;
- б) Технологии обучения здоровому образу жизни;
- в) Коррекционные технологии.

5. Перечислите виды игр какие вы знаете?

(*подвижные, малоподвижные, словесные, адаптационные, дидактические, строительные, игры эстафеты, игры забавы, народные игры, коммуникативные, игровые упражнения, спортивные игры, игры с водой, песком и ветром, музыкальные, сюжетно-ролевые игры*).

6. Сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательным для всех играющих правилом - это...

- а) Двигательный режим;
- б) Основные движения;
- в) Подвижная игра.

7. К какой группе методов относятся перечисленные приемы: показ, рисунки, подражание, зрительные ориентиры, фотографии, мнемоквадраты, схемы.

- а) Физические;
- б) Наглядные;
- в) Дидактические.

8. Обучение дошкольников спортивным играм начинается с

- а) Соревнований между детьми;
- б) Вопросов к детям;
- в) Раздачи пособий;
- г) Разметки площадки;
- д) Разучивания отдельных элементов игры.

9. Старших дошкольников обучают следующим спортивным играм:

- а) Бадминтон, баскетбол, городки, настольный теннис, хоккей, футбол;
- б) Волейбол, бобслей, баскетбол, большой теннис;
- в) Школа мяча, футбол, волейбол, гандбол, хоккей.

10. Из каких частей состоит НОД по физической культуре?

- а) Подготовительная или вводная;
- б) Основная;
- в) Заключительная;
- г) Вышеперечисленные.

А теперь перечислим, что включает в себя каждая из частей?

Три части НОД: вводная – строевые упражнения, ходьба и бег в чередовании, основная – ОРУ, ОВД, подвижная игра и заключительная – спокойная ходьба, игра малой подвижности, дыхательная гимнастика и т. д.

Коллеги, сегодня мы с вами обобщили знания о значении здоровьесберегающих технологий в жизни детей, ознакомить с новыми формами работы, повторили виды игр, систематизировали запас сведений в ОО «физическое развитие».

Вторая часть:

Практическая часть: с педагогами с показом эффективных игровых упражнений и игр с нестандартным инвентарем «Чудо-парашют».

Представляю вашему вниманию игровой, самодельный, нестандартный атрибут «Чудо-парашют», как средство социально-коммуникативного развития для дошкольников.

Жизнь каждого человека пронизана взаимодействием с другими людьми. Только в общении и в отношениях друг с другом мы сможем почувствовать и понять себя, найти свое место в мире.

Дошкольный возраст -это время активной социализации ребенка, время развития его общения. Опыт общения и отношений со сверстниками является фундаментом, на котором строится дальнейшее развитие личности ребёнка.

В общении с детьми все чаще приходится наблюдать проявление таких качеств, как нежелание и неумение помочь сверстнику, посочувствовать, порадоваться вместе с ним, неумение ждать, уступать. Дети проявляют нетерпимость к индивидуальным особенностям друг друга, всё чаще играют в одиночестве.

Процесс формирования полноценного социально-коммуникативного развития дошкольников должен строиться на основании учета ведущей деятельности – игровой. И здесь нам сможет помочь самодельный, нестандартный атрибут «Чудо-парашют».

Чудо-парашют сделан из яркой ткани, состоящий из нескольких цветных секторов (у меня цветов радуги), у которой по кругу расположены петли-ручки. Диаметр парашюта может быть разный, в зависимости от того, где вы планируете его использовать (в группе, зале, на улице) и от того, с каким количеством детей будете заниматься. Чудо-парашют это не требующее крупных финансовых затрат, очень компактное, легко обрабатывается и достаточно простое в изготовлении.

Главное предназначение чудо-парашюта: закрепление умений согласовывать свои действия с действиями ведущего и других участников игры, умение работать в команде.

Задачи, которые помогает решать данный атрибут:

- формировать потребность в двигательной активности;
- развивать познавательные интересы (сенсорное развитие, ФЭМП, предметное и социальное окружение);
- вырабатывать музыкально-художественную деятельность;
- воспитывать эмоциональную отзывчивость.

Парашют никого не оставляет безразличным, даже в период адаптации, когда не все дети поддаются уговорам, яркий парашют помогает отвлечь малышей. Играя с парашютом, мы создаём особую обстановку, требующую от детей умения согласовывать действия в команде, чувствовать движения остальных игроков. Важно, что дети через движения могут ощутить себя частью одной команды. Парашют даёт ребёнку возможность новых ощущений: это яркий, красочный зрительный образ, и сильный ветер, и ощущение мягкой ткани. Кроме того, игры с парашютом развивают фантазию, ведь парашют может превращаться в карусель, поляну, облако, море, раду, сугроб.

Игровой нестандартный атрибут «Чудо-парашют» можно использовать в разных видах деятельности детей раннего и дошкольного возраста:

- ранний возраст (предметная деятельность, совместные игры, восприятие музыки и художественной литературы, двигательная активность, изучения цветов);
- дошкольный возраст (игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская, восприятие художественной литературы и фольклора, музыкальная и двигательная деятельность).

Варианты игр и игровых упражнений с Чудо-парашютом.

ИГРА «Гольф», парашют из плотной ткани с отверстием по центру.

Пока звучит музыка катаем мяч по краю парашюта, когда музыка остановится нужно закатить мяч в центр, чтобы он упал в лунку. Раз, два, три, игру начни!

ИГРА «Перемена мест», понадобится парашют из лёгкой непрозрачной ткани.
Встаём по кругу, лицом к парашюту, держимся за ручки цветного сектора.
Поднимаем парашют вверх несколько раз, произносим слова:
Скучно, скучно, нам стоять, не пора ли пробежаться, нам местами поменяться.
Раз, два, три, красные и голубые беги!

ИГРА «Карусели», используем парашют-юбку.
Встаём вокруг парашюта боком, берёмся за ручки и двигаемся под музыку по кругу со словами.

Еле-еле, еле-еле, закружились карусели
А потом, потом, потом, все бегом, бегом, бегом!
Тише, тише, не спешите, карусель остановите
Раз, два, раз, два, вот и кончилась игра! Останавливаемся.

ИГРА «Грибок», играем с тем же парашютом.
Держимся за ручки парашюта и плавно поднимаем его вверх три раза, на третий раз все, не отпуская ручки, заходим внутрь парашюта. Произносим слова:
Скок - скок - скок, спрячемся все под грибок!

ИГРА «Салют», игра с парашютом из лёгкой ткани.
Встаём лицом в круг держимся за ручки парашюта, на каждом секторе несколько человек, на парашют сверху кладется множество маленьких мячей и начинается игра.
Все вместе подбрасывают мячи вверх, а затем их ловят, чтобы они остались на парашюте, кто больше подбросит и не потеряет все мячи тот и выиграл.

ИГРА «Кто быстрее?», используем парашют из плотной ткани.
Кладём парашют на пол, делимся на две группы. По команде, одна группа скатывает парашют со своей стороны к центру, другая – с другой. Кто быстрее свернёт свою часть, тот и выиграл!

ИГРА «Баскетбол», игра с парашютом из лёгкой непрозрачной ткани.
Встаём лицом в круг держимся за ручки парашюта, на каждом секторе несколько человек, на парашют сверху кладётся большой надувной мяч и начинается игра.
Каждый сектор старается забить мяч в середину парашюта, кто больше всех забьёт мячей тот и выиграл.

ИГРА «Яблочко на блюдечке», для игры понадобится большой парашют из лёгкой ткани и большой лёгкий мяч.
Встаём лицом в круг натягивают парашют, затем начинаем плавно покачивать парашют, чтобы мячик катился по парашюту вдоль края. С другой стороны-следя за тем, чтобы мяч не упал с парашюта. Пока звучит музыка прокатываем мяч по краю парашюта, как только музыка останавливается, закатываем мяч в определённый сектор парашюта.

ИГРА «Охота», для игры понадобится парашют из лёгкой непрозрачной ткани. Положить под парашют мешочки для метания, скакалки, мячи и т.п. Рассчитать участников по номерам. В начале игры все участники берутся за парашют обеими руками захватом сверху и высоко поднимают его. Затем ведущий называет номер участника и какой – либо предмет. Участник с этим номером устремляется под парашют, хватая нужный предмет и возвращается обратно до того, как из – под парашюта выйдет воздух.

ИГРА «Дракон кусает свой хвост», игра с парашютом из плотной ткани. Парашют сворачиваем в жгут. Встаём друг за другом. Первый ребёнок - «голова», последний – «хвост». Держимся за парашют – жгут правой рукой, первый ребёнок пытается дотронуться до последнего, а последний пытается увернуться.

ИГРА «Кого позвали?», игра проводится с парашютом из лёгкой непрозрачной ткани. Участники игры прячутся под парашют, педагог предлагает выглянуть тому, у кого (есть в одежде синий цвет, чьё имя начинается со звука «А», кто родился летом, у кого светлые волосы, кто дежурный, кто сегодня пришёл первый и т.д.). Дети, услышав инструкцию, выглядывают и прячутся снова, подсказывать друг другу нельзя. Выигрывает тот, кто ни разу не ошибся.

ИГРА «Перебрось и поймай», игра с двумя парашютами из лёгкой ткани. Встаём лицом в круг держимся за ручки парашюта, на каждом секторе несколько человек, на парашют сверху кладётся большой надувной мяч и начинается игра. Команда перебрасывает парашютом мяч другой команде, а другая команда ловит парашютом, чья команда не потеряет и больше раз поймает мячей та и выиграла.

Если к секторам парашюта подобрать мелкие детали, например, в соответствии с темой недели (овощи-фрукты, цифры, буквы, геометрические фигуры и т.д.), то функции парашюта значительно расширяются.

В заключении хотелось бы сказать, что чудо-парашют можно использовать как индикатор настроения детей. Например, утром, придя в группу, воспитатель предлагает всем детям расположиться на парашюте в зависимости от того, у кого какое настроение, например, красный сектор парашюта занимают дети с весёлым настроением, синий сектор – со спокойным настроением, фиолетовый сектор с грустным настроением и т.д. Вечером, перед уходом домой, можно повторить эту работу, сделав акцент на том, что изменилось с настроением за целый день. Чудо-парашют -это многофункциональный атрибут и ваш творческий подход, инициатива педагогов могут значительно расширить спектр его использования.

Вручить педагогам составленную картотеку пословиц и поговорок о здоровье для детей дошкольного возраста с объяснением смысла.

Рефлексия.

Упражнение «Аплодисменты»

Мы с вами хорошо поработали. И в завершение я предлагаю представить на одной ладони улыбку, на другой - радость. А чтобы они не ушли от нас, их надо крепко-накрепко соединить в аплодисменты.

До новых встреч!