

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение - детский сад №21

г. Екатеринбург, ул. Академика Бардина, 35

Тел.8 (343) 223-52-25

**Мастер – класс для педагогов
«Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»
Мастер – класс «Чудо дерево»**

Воспитатель: Федуха Татьяна Сергеевна

Мастер – класс для педагогов «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» Мастер – класс «Чудо дерево»

Цель: применение здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе.

Задачи:

- 1.Познакомить педагогов с элементами здоровьесберегающих технологий с целью повышения их профессиональной компетентности.
- 2.Способствовать развитию педагогического мышления, создать благоприятную атмосферу для творческой работы всех участников игры.

Ход мастер – класса

1- Часть вступительная.

Приглашаем поиграть

И проблемы порешать.

Что-то вспомнить повторить,

Что не знаем, подучить.

Здравствуйте уважаемые коллеги! Я рада видеть вас! И с прекрасным настроением с позитивными эмоциями мы начинаем мастер – класс. А название его «Чудо – дерево».

2- Часть основная.

Прошу обратить ваше внимание на это необыкновенное дерево. Что мы видим? (*ответы коллег*). Как можно ассоциировать со здоровьем?

Я прошу вас уважаемые коллеги помочь. Выйти ко мне 6 человек. И так вам необходимо снять с дерева один «плод». С вашего позволения я сорву **яблоко**. А теперь покажите кому, какой плод с «чудо – дерева» достался и ответьте:

«Какой вид оздоровления он отражает»

- 1) подушечка с травой – фитотерапия
- 2) диск – музыкатерапия
- 3) апельсин – ароматерапия
- 4) мыльные пузыри – игры на дыхание
- 5) перчатка – пальчиковая гимнастика
- 6) цветок – цветотерапия.

Вам необходимо показать на деле что представляет каждый вид оздоровления.

Для этого вам необходимо подготовиться все что нужно лежит на столе.

Каждый участник готовит свою презентацию данного вида оздоровления.

Например: участник под номером

1. готовит травяной чай.
2. в нескольких словах расскажет о музыкотерапии, ее значимости предложит послушать небольшой отрывок музыкального произведения.
3. приготовит ароматы.
4. подготовит все необходимое для игры на дыхание.
5. проводит пальчиковую игру.
6. мастерит цветик – шестицветик. (заранее приготовленные заготовки для цветка). Каждый лепесток отражает цвет:

Красный обеспечивает здоровье, физическую силу, выносливость, устойчивость, уверенность в себе повышает внутреннюю энергию, способствует активизации кровотока, нормализации кровообращения и обмена веществ.

Оранжевый повышает уровень нейроэндокринной регуляции, помогает победить усталость, хандру, депрессию, неуверенность, тревогу и страх.

Желтый как символ солнца, снимает напряжения и дает надежду.

Зеленый способствует ритмической работе сердца, отдыху глаз, оказывает умеренное противовоспалительное и противоаллергическое действие. К тому же он помогает при кашле. Успокаивает, благоприятно влияет на работу щитовидной железы.

Синий помогает при бессоннице, снимает страхи, вызывает ощущение комфорта и покоя, снимает напряжение, снижает артериальное давление, успокаивает дыхание.

Фиолетовый действует мягко, стимулирует. Дает силу при энергетическом истощении, не дает места депрессии, пессимизму и бессилию.

Пока наши участники готовятся, хочу обратить ваше внимание уважаемые коллеги, на яблоко которое я сняла. Оно красивое, оно гладкое, если его бросить оно быстро покатится. Вот это яблоко отражает наше здоровье. Вдумайтесь хорошо, если мы здоровы наше тело красивое, кожа гладкая, ноги и руки хорошо подвижны. У меня к вам вопрос (**Что такое здоровье?**) Ваши ответы уважаемые коллеги. Благодарю.

Важно понимать, что **Здоровье** – это состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

Сегодня в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям.

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.

Здоровье, как предмет здоровьесберегающих технологий, предусматривает:

Отвечают педагоги:

Здоровье физическое.

Здоровье психическое.

Здоровье социальное.

Здоровье нравственное.

Благодаря использованию здоровьесберегающих технологий у детей происходит:

Педагоги:

1. улучшение памяти, внимания, мышления;
2. повышение способности к произвольному контролю;
3. улучшение общего эмоционального состояния;
4. повышается работоспособность, уверенность в себе;
5. стимулируются двигательные функции;
6. снижает утомляемость;
7. развивается дыхательный и артикуляционный аппарат;
8. стимулируется речевая функция.

Здоровьесберегающие педагогические технологии применяются в различных видах деятельности.

Пока мы с вами философствовали, наши участники уже подготовились, и я предоставляю им слово. Участницы презентуют виды оздоровления.

Благодарю участниц.

3- Часть заключительная.

В завершении мастер – класса хотелось бы вернуться к его названию «Чудо-дерево» каждый плод, который породило это дерево, несет нам энергию, силу, красоту, уверенность в себе. Все это входит в понятие – **здоровье**, которое так важно для каждого человека!

А мне остается только поблагодарить вас за внимание и за работу. Я желаю здоровье вам и вашим воспитанникам. Будьте всегда здоровы! спасибо за внимание!