**Семинар – практикум «Здоровьесберегающие технологии в социально-личностном и познавательно-речевом развитии дошкольников»**

**Образовательная область**: ***«Физическая культура», «Здоровье», «Коммуникация», «Познание».***

**Цель:**

1) Качественное освоение педагогами инновационных здоровьесберегающих технологий физического воспитания, оздоровления детей и развитие речевой системы в целом.  
2) Повышение профессионального уровня педагогов.  
3) Улучшение качества работы по физическому воспитанию и развитию речи с детьми дошкольного возраста.  
4) Личностный и профессиональный рост, самореализация, моральное удовлетворение.

**План семинара – практикума**

***1.Психологический тренинг на предстоящую работу.***

Добрый день, уважаемые педагоги!

Мы рады приветствовать вас в нашем детском саду на сегодняшнем семинаре-практикуме «Здоровьесберегающие технологии в познавательно-речевом развитии». У каждого из нас есть определенные ожидания, представления о том, каким будет семинар. Мы постараемся создать общее коллективное настроение. Такое настроение, которое рождает улыбки на наших лицах, вселяет веру и надежду, что у нас все получится. И нам бы хотелось, чтобы сегодняшняя встреча была одним из шагов к его созданию. Давайте встанем в круг и познакомимся. Я попрошу вас представиться, и сказать в какой должности вы работаете, для того, чтобы знать, кто к нам пришел. Начну я: меня зовут Балагурова Наталья Николаевна, я работаю педагогом-психологом в детском саду.

На улице весна, скоро зацветут разные красивые цветы. Представьте, что наша лаборатория и есть волшебная поляна. Прикрепите цветок там, где вам понравится. Посмотрите – в комнате стало теплее и веселее, потому что зацвели цветы. Пусть так будет всегда.

В нашем детском саду стало традицией проводить такую форму работы как семинар-практикум. Сегодня мы с вами встретились, чтобы поделится опытом работы в использовании инновационных здоровьесберегающих технологий в работе с детьми. С этой целью мы проводим семинар-практикум. Цель нашего мероприятия: качественное освоение педагогами инновационных здоровьесберегающих технологий физического воспитания, оздоровления детей и развитие речевой системы в целом.

На сегодняшнем мероприятии вы сможете ознакомиться с **«Модернизацией физкультурно-оздоровительной деятельности в дошкольном учреждении».**

-**посмотреть**  ***Презентацию: «Оздоровление дошкольников через кинезиологическую гимнастику - нетрадиционные формы физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками (теория и практика);***

**-поучаствовать:** Мастер-класс с педагогами «Кинезиологические упражнения для хорошего настроения»;

***-посмотреть Презентацию: «Парадоксальная дыхательная гимнастика Александры Николаевны Стрельниковой»***

**- поучаствовать в: Деловой игре:** «Что? Где? Когда?» (основная область «Здоровье»).

***2.Теория***

***- Вступительное слово учителя-логопеда***

  Уважаемые коллеги! Чтобы перейти к ознакомлению инновационных здоровьесберегающих технологий, которые применяются не только как метод оздоровления, но и как метод познавательно-речевого развития, необходимо коснуться вопроса модернизации физкультурно-оздоровительной работы.

В Концепции модернизации российского образования определено направление модернизации содержания физкультурно-оздоровительной работы, которая связана с разработкой особого междисциплинарного научно-практического направления, которое доктор психологических наук, директор Института дошкольного образования и семейного воспитания РАО Владимир Товиевич Кудрявцев назвал развивающей педагогикой оздоровления.

В рамках проекта р**азвивающей педагогики оздоровления (РПО)** консолидировали свои усилия психологи, педагоги, возрастные физиологи, гигиенисты, социологи, специалисты в области биомеханики, философы, педиатры, а также методисты и воспитатели ДОУ из 55 регионов России. Назовем те черты, которые характеризуют это направление в общем и целом:

А) в его центре лежат представления о *Развитии здоровья*Ребенка;

Б) здоровье рассматривается в качестве атрибута не организма, а *Личности*;

В) оздоровление трактуется не как совокупность лечебно-профилактических мер, а как *Форма развития*, *Амплификации*(А. В. Запорожец) — *Расширения и обогащения психофизиологических возможностей детей*;

Г) критерий основного результата оздоровительно-развивающей работы должен заключаться в том, что эффект отдельной оздоровительной меры закрепляется в виде устойчивого, целостного психосоматического состояния, которое далее может воспроизводиться в режиме *Саморазвития*.

О Модернизации физкультурно-оздоровительной работы и о наших достижениях в этом направлении более подробно ознакомит руководитель физического воспитания.

*-* ***Первый лот:***

**«Модернизация физкультурно-оздоровительной деятельности**

**в дошкольном учреждении».**

Модернизации содержания физкультурно-оздорови­тельной работы в дошкольном учреждении достаточно много, мы считаем следующие:

1. необходимость становления у человека уже с детских лет пози­ции созидателя в отношении своего здоровья и здоровья окружающих;
2. необходимость преодоления узкоспециализированных подхо­дов в организации оздоровительной деятельности и физического воспитания.

Позиция в отношении своего здоровья и здоровья окру­жающих базируется на потребности индивида в здоровье, здоровом образе жизни, а также самооценке им состояния своего здоровья. Проблема заключается в том, что, потребности в здоро­вье у ребенка нет. Она есть у родителей, школы, общества. Но у каждого малыша огромное желание скорее вырасти, стать сильным, не отличаться от сверстников, а еще лучше хоть в чем-то превосхо­дить их.

Здоровье — это многоаспектное интегральное понятие, сущност­ными характеристиками которого являются физическое, психиче­ское, духовное и ментальное благополучие человека.

Базовыми критериями здоровья являются состояние сердечно­сосудистой, иммунной и дыхательной систем, психическое равнове­сие, интерес к самому себе и самоконтроль.

В укреплении и сохранении собственного здоровья определяю­щая роль принадлежит самому человеку. С этим неразрывно связано и его умение оценивать свое здоровье и свои физические возможно­сти. Эффективность самооценки здоровья прямым образом зависит от знания себя. Оно для ребенка дошкольного возраста предусмат­ривает:

* знание правил гигиены и ухода за своим телом;
* знание наиболее опасных факторов риска для здоровья и жизни;
* знание о том, как устроен человек, какие органы нуждаются в особой защите;
* знание о своем физическом развитии, уровне физической под­готовленности.

Многие образовательные программы последнего поколения пы­таются решить проблемы организации физкультурно-оздоровитель­ной работы в новом ключе. В них недостаточно разработан вопрос формирования у ребенка отно­шения к своему здоровью.

В современных системах воспитания и обучения не отводится подобающего места тому, чтобы с детства последовательно учить человека умению оценивать состояние своего здоровья. Ребенка не учат умению «прислушиваться» к состоянию своего организма, понимать посылаемые им сигналы тревоги, описывать свое физи­ческое и психическое состояние и уж тем более не учат своевре­менно предпринимать соответствующие меры. Говоря научным языком, мы еще сами плохо осуществляем мониторинг своего здо­ровья и не учим этому своих детей. А ведь хорошее знание себя, развитое умение ясно и правильно выразить характер ощущае­мых болевых симптомов, жалоб, сопровождающих ухудшение са­мочувствия, существенно облегчает задачу врача в правильной постановке диагноза. Необходимость преодоления узкоспециализированных подходов к сохранению и укреплению здоровья детей является одной из важ­нейших задач на современном этапе модернизации дошкольного образования. Комплексный подход в оздоровлении детей осуще­ствляют многие дошкольные образовательные учреждения.

В нашем дошкольном учреждении проводится ряд физкультурно-оздоровительных мероприятий: в которых систематически включаются инновационные технологии.

**1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья:** элементы стретчинга, элементы ритмопластики, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая.

**2. Технологии обучения здоровому образу жизни:**Физкультурное занятие, проблемно-игровые (игротреннинги и игротерапия), коммуникативные игры, занятия из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж.

**3. Коррекционные технологии:**элементы арттерапии, технологии музыкального воздействия, элементы сказкотерапии, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика, су-джок, элементы кинезиологии, биоэнергопластика.

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформирует у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

Здоровьесберегающие технологии позволяют решить задачи физкультурно-оздоровительного и познавательно-речевого направления. Сохранение и укрепление здоровья воспитанников, как основ­ная задача дошкольного образовательного учреждения, должно ба­зироваться на осознанном отношении ребенка к своему здоровью, которое, в свою очередь, должно стать системообразующим факто­ром модернизированной физкультурно-оздоровительной деятель­ности.

***Второй лот:*** Итак, сегодня мы с вами ознакомимся с двумя инновационными технологиями оздоровления организма, которые мы используем в своей работе, и которые оказывают величайшую помощь в развитии речевой системы в целом.

Мир, в котором живёт современный ребёнок, образ жизни среднестатистической семьи, по сравнению с недавним прошлым, существенно изменился. Социально-экономические проблемы жизни общества, ухудшение экологической ситуации в России порождают условия, при которых значительно снижается уровень физического и нервно-психического здоровья детей. Особую тревогу вызывает рост количества детей с задержкой психического развития и детей с минимально-мозговыми дисфункциями коры головного мозга. Клинико-психологические характеристики этих детей отличаются большим разнообразием.  Определённую роль в развитии таких детей играет недоразвитие системы, связывающей правое и левое полушария головного мозга, ослабленная активация левого полушария при поступлении информации в правое полушарие. Кроме этого у них низкий уровень познавательных процессов, дефицит внимания и выраженная гипервозбудимость.

С чего же должна начинаться лечебно-оздоровительная работа для ребёнка?

1. С комплекса мер лечебного характера. Современная медицина располагает богатым арсеналом лечебных воздействий, позволяющих свести к минимуму проявления мозговой недостаточности. И чем раньше будет начато лечение, тем более эффективным оно будет.
2. Также должны быть пролечены хронические истощающие заболевания.
3. Организация охранительного режима учебной работы с учётом состояния ребёнка.
4. Применение здоровьесберегающих технологий: пальчиковые игры; различные виды массажа; кинезиологические упражнения; разнообразные дыхательные упражнения.

    Применение кинезиологических упражнений помогает развивать интеллект дошкольников через движение. Единство мозга складывается из деятельности двух его полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон. Развитие межполушарного взаимодействия является основой развития интеллекта. Межполушарное взаимодействие возможно развивать при помощи комплекса специальных кинезиологических упражнений. При которых, развивающая работа направлена от движения к мышлению, а не наоборот.

***3.******Практическая часть:******Мастер-класс***

- **Первый лот:** Виды кинезиологических и дыхательных упражнений, применяемые в работе с детьми (практика).

**Комплекс кинезиологических и дыхательных упражнений**

**для детей.**

1.Упражнение «Ладошки»

Исходное положение: встать прямо, согнуть руки в локтях, локти при этом опущены вниз.

Ладони направлены к «зрителю». Делать шумные, короткие, ритмичные вдохи носом и одновременно сжимать ладони в кулаки, совершая хватательные движения.

2.Упражнение «Насос»

Исходное положение: встать прямо, руки опустить, ноги чуть уже ширины плеч.

Слегка наклониться вниз к полу, округлив спину, голову опустить, шею не тянуть и не напрягать, руки опустить вниз.

Сделать короткий шумный вдох в конечной точке наклона.

3.Упражнение «Обхвати плечи»

Исходное положение: встать прямо, руки согнуть в локтях и поднять на уровень плеч кистями друг к другу. В момент активного шумного вдоха носом выбросить руки навстречу друг к другу, как бы обнимая себя за плечи. Необходимо, чтобы руки двигались параллельно, а не крест-накрест.

4. «Снеговик»

Представьте, что каждый из вас только что слепленный снеговик. Тело твердое, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала “тает” и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т. д. В конце упражнения ребенок мягко падает на пол и изображает лужицу воды. Необходимо расслабиться. Пригрело солнышко, вода в лужице стала испаряться и превратилась в легкое облачко. Дует ветер и гонит облачко по небу.

5.«Дерево»

Сидя на корточках, спрятать голову в колени, обхватить их руками. Представьте, что вы - семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь. Подул ветер – вы раскачиваетесь, как дерево.

6. «Сорви яблоки»

Исходное положение – стоя. Представьте себе, что перед каждым из вас растет яблоня с чудесными большими яблоками. Яблоки висят прямо над головой, но без труда достать их не удается. Посмотрите на яблоню, видите, вверху справа висит большое яблоко. Потянитесь правой рукой как можно выше, поднимитесь на цыпочки и сделайте резкий вдох. Теперь срывайте яблоко. Нагнитесь и положите яблоко в небольшую корзину, стоящую на земле. Теперь медленно выдохните. Выпрямитесь и посмотрите налево вверх. Там висят два чудесных яблока. Сначала дотянитесь туда правой рукой, поднимитесь на цыпочки, вдохните и сорвите одно яблоко. Затем поднимите как можно выше левую руку, и сорвите другое яблоко, которое там висит. Теперь наклонитесь вперед, положите оба яблока в стоящую перед собой корзину и выдохните. Теперь вы знаете, что вам нужно делать. Используйте обе руки попеременно, чтобы собирать висящие слева и справа от вас прекрасные большие яблоки и складывайте их в корзину.

7.Взгляд влево - вверх

Правой рукой зафиксировать голову за подбородок. Взять в левую руку карандаш или ручку и вытянуть ее в сторону вверх под углов в 45 градусов так, чтобы, закрыв левый глаз, правым нельзя было видеть предмет в левой руке. После этого начинают делать упражнение в течение 7 секунд. Смотрят на карандаш в левой руке, затем меняют взгляд на “прямо перед собой”. (7 сек.). Упражнение выполняют 3 раза. Затем карандаш берут в правую руку и упражнение повторяется.

8.Фокус с карандашом. Прокручивать большим пальцем карандаш вокруг другого большого пальца.

9.«Зайчик-козочка-киска-птичка»

10.«Ухо-нос*»*

Левой рукой берёмся за кончик носа, а правой - за противоположное ухо, т.е. левое. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот»

11. «Стул-стол»

12. Упражнение “Перекрестные шаги и прыжки” (можно под музыку или пение).  
 Прыгайте так, чтобы в такт движения правой ноги двигалась левая рука. А теперь — левая нога и правая рука. Прыгайте вперед. В стороны, назад. Глазами двигайте во всех направлениях. При ходьбе коснитесь левой рукой правого колена, а теперь правой рукой левого колена.

13. «Кулак-ребро-ладонь»

14.«Отдохни» Сам себя ты успокой,

Тихо песенку пропой.

Сжать пальцы в кулак с загнутым внутрь большим пальцем. Делая выдох спокойно, не торопясь, сжать кулак с усилием. Затем, ослабляя усилие сжатого кулака, сделать вдох. Упражнение выполнять двумя руками одновременно.

- **Второй лот:** ***Презентация: «Оздоровление дошкольников через кинезиологическую гимнастику - нетрадиционные формы физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками (теория и практика);***

**- Третий лот:** Мастер-класс с педагогами «Кинезиологические упражнения для хорошего настроения»;

Наш мозг нельзя растянуть, он не сокращается подобно мышцам ног при ходьбе. Однако чем больше человек упражняет свой мозг, тем больше нервных связей создается в нем. Чем выше активность мозга, тем больше попадает туда крови, обогащенной кислородом.

Если человек мало привлекает свой мозг к работе, существующие связи слабеют, мозг получает меньше кислорода, начинает хуже работать. Интеллектуальное здоровье человека непосредственно зависит от того, в каком состоянии находится информационная нейронная сеть мозга. Именно она отвечает за объединение нервных клеток. Ее можно упражнять. Каждое свежее раздражение оказывает содействие появлению новых связей — этот процесс не имеет возрастной зависимости.

Жизнь идет. Количество прожитых лет умножается. Теперь необходимо специально активизировать мыслительные процессы коры головного мозга свежими впечатлениями. В период детского и подросткового возраста, а также в период юношества процесс обучения в школе, институте и еще свое личное любопытство стабильно поставляли мозгу свежие впечатления. С годами в поле деятельности восприятия начинает господствовать рутина. Поэтому очень важно приобрести навыки нестандартного мышления, учиться решать проблемы новыми методами.

Мыслительные процессы принесут больший эффект, если привлечь к работе и правое, и левое полушария. Этому поможет комплекс упражнений на координацию и целенаправленное расслабление.

**Комплекс упражнений**

*Упражнение «Сведение пальцев рук и ног»*

1. Сесть на высокий стул или стол, спину держать прямо, ноги должны качаться свободно.
2. Растопырить пальцы рук и приложить кончики пальцев друг к другу, держа руки перед собой.
3. Выполнять руками быстрые маховые движения в стороны — назад и вперед. Помните, что кончики пальцев должны снова встретиться друг с другом.

Чтобы усложнить себе задание, соедините пальцы ног. Совершая мах руками вперед и сведя ладони, нужно широко развести ноги. А когда расходятся руки, сводите ноги вместе.

*Упражнение «Скрещивание рук и ног»*

1. Выполняйте перекрестные маховые движения руками перед туловищем на высоте плеч в горизонтальной плоскости. При этом сначала правая рука проходит над левой, потом наоборот. Ладони обращены к полу. После того как вы некоторое время помашете руками перед корпусом, начните перекрещивать руки позади корпуса примерно на уровне ягодиц. Продолжите выполнение упражнения, присоединив к движению рук перекрещивание ног. Ведите левую ногу перед правой при движении вправо и соответственно правую ногу перед левой при движении влево.
2. Теперь двигайтесь вправо и выполняйте перекрестные движения ногами. Сделайте шаг в сторону, заведите левую ногу за правую, сделайте еще один шаг правой и приставьте левую ногу. Затем повторите движения в обратную сторону. Чем больше будет тренировок, тем увереннее будете себя чувствовать.

*Упражнение «Марионетка наоборот»*

1. Встаньте прямо, ноги поставьте вместе, руки сложите над головой. В прыжке сделать мах руками в стороны назад, одновременно расставляя ноги. Так же прыжком вернуться в исходное положение.
2. Ногами выполнять те же движения, что и раньше, а руки вытянуть перед туловищем и по очереди двигать вверх-вниз.
3. Теперь выполнять руками уже привычное движение в стороны, а ногами — прыжки вперед-назад, переступая с ноги на ногу, как при ходьбе.

*Упражнение «Великий дирижер»*

Представьте себе, что вы дирижируете оркестром. Включите свою любимую музыку, подайте знак оркестрантам и не выпускайте из рук дирижерскую палочку.

1. Поднимите обе руки приблизительно на высоту плеч. При этом одну руку расположите несколько выше другой.
2. Рисуйте обеими руками в воздухе лежащие восьмерки. От середины восьмерок левая рука должна выписывать круги влево вверх, правая — вправо вверх.

После того как руки описали внешнюю дугу восьмерок и снова встретились, рисуйте перекрещенными руками внутреннюю дугу. Повторите движения в противоположном направлении.

*Упражнение «Путаница»*

1. Возможно, эта детская забава еще осталась в вашей памяти. Нужно положить правую ладонь на голову, левую — на живот. Затем слегка похлопывайте по голове, а живот поглаживайте круговыми движениями.
2. Нужно поглаживать левой рукой область вокруг пупка движениями по часовой стрелке, а правой рукой — область под левой ключицей против часовой стрелки.

*Упражнение «Рисование носом»*

1. Нужно представить себе, что на кончике вашего носа прикреплен карандаш или шариковая ручка. «Нарисуйте» этим воображаемым инструментом несколько восьмерок в воздухе.
2. Когда эта техника будет освоена, попробуйте «написать» в воздухе несложные слова или имена.

*Упражнение «Перекат с лимоном»*

Для выполнения этого упражнения необходимы лимон и стул.

1. Нужно лечь на спину на пол, а стул поставить за головой. Теперь зажмите лимон ступнями. Затем нужно медленно поднять ноги и отвести их за голову так, чтобы положить лимон на стул. Затем снова возьмите ногами лимон и вернитесь в исходное положение. Дыхание должно быть равномерным.
2. Если вы находитесь в хорошей физической форме, можно положить лимон не на стул, а на пол за головой. Нужно заметить, что такие позы, как березка и стойка на голове, также стимулируют мозговое кровообращение.

*Упражнение «Дыхание йогов»*

1. Нужно сесть, расслабиться и выпрямить спину. Потом положить указательный и средний пальцы правой руки на переносицу.
2. Безымянным пальцем слегка закрыть левый носовой ход и медленно вдохнуть на 8 счетов через правую ноздрю. Теперь задержите дыхание на 4 счета, а затем, слегка надавив большим пальцем, закройте правый носовой ход и сделайте выдох на 8 счетов через левую ноздрю. Задержите дыхание на 4 счета, затем снова сделайте вдох на 8 счетов, но на этот раз через левую ноздрю. Напомним, что дыхательные упражнения взбодрят мозг.

*Упражнение «Расслабление и концентрация»*

1. Необходимо сесть по-турецки и закрыть глаза.
2. Затем сделать несколько вдохов, тщательно контролируя дыхание и направляя воздух глубоко вниз живота. Нужно заставить работать диафрагму.
3. Нужно сконцентрировать внимание на дыхании. При вдохе мысленно произносите «ом», при выдохе — «ах».
4. Можно произносить эти звуки вслух, не сбиваясь с ритма дыхания.

Создать **базу для формирования высокой умственной активности** можно несколькими способами.

1. Энергичные движения будут являться стимулом для активного кровообращения, обеспечат приток кислорода в мозг.
2. Питательные вещества создадут основу для надежного информационного обмена между клетками серого вещества.

Упражнять способности мозга можно, действуя в двух направлениях.

**1. Тренировка:**

* упражнения на координацию являются своеобразным стимулом для совместной работы левого и правого полушарий головного мозга;
* упражнения на движение превратят мозг в работоспособный орган;
* тренинги памяти поднимут творческие способности на новый уровень.

**2. Релаксация:**

* для интеллектуального здоровья просто необходимо настроиться на позитивное восприятие окружающего мира;
* сопротивление стрессу и напряжению приведет к повышению концентрации внимания;
* процесс дыхания, контролируемый человеком, способствует усилению сосредоточенности.

Перерыв:

**- Четвёртый лот:**    Для укрепления общего физического состояния дошкольников целесообразно применение дыхательной гимнастики «Стрельниковой». Эта гимнастика активно включает в работу все части тела (руки, ноги, голову, плечевой пояс, брюшной пресс). Не только активизирует прилив крови к мозгу, но и улучшает питание всех внутренних органов, возвращая утраченные функции тем из них, которые больны. Координирует слаженную работу всех органов и систем, комплексно воздействуя на организм через активизацию его наиважнейшей функции-носового дыхания.

***-*Пятый лот: *Презентация: «Парадоксальная дыхательная гимнастика Александры Николаевны Стрельниковой»***

**- Шестой лот: Деловая игра:** «Что? Где? Когда?» (основная область «Здоровье»).

Педагоги делятся на 2 команды. За каждое задание начисляются баллы.

Конкурс 1: «Приветствие»

Придумать название и девиз команды, приветствие и пожелания команде соперников. Максимальная оценка - 3 балла.

Конкурс 2: «Разминка»

Провести со своей командой пальчиковую гимнастику. Максимальная оценка - 3 балла.

Конкурс 3: Блиц - игра.

Команды по очереди дают по одному ответу на каждый вопрос:

- перечислить упражнения на формирование правильной осанки у детей;

- назвать упражнения для профилактики плоскостопия у детей;

- перечислить дыхательные упражнения для детей;

- назвать упражнения для расслабления.

Оценка: по 1 баллу за правильный ответ, баллы суммируются.

**Конкурс 4. Назвать пословицы и поговорки** о физическом и психическом здоровье, высказывания философов, поэтов и др. известных людей:

ЗДОРОВЬЕ - ЭТО ПОНЯТИЕ О ЖИЗНИ

Будет здоровье – будет - все

Здоровье за деньги не купишь

В здоровом теле – здоровый дух

Здоровье – это движение

Здоровому и врач не надобен

Здоровому и горе не горе, а беда не в зарок и т. д.

Самое большое открытые современного человека – это умение омолодить себя физически и духовно Брегг.

В детях сейчас все! Жизнь бессмертного характера начнется с детей.

П. К. Иванов

Ни богатство, ни слава не делают человека счастливым.

Здоровый нищий счастливее больного короля. Цицерон

Здоровье ребенка превыше всего,

Богатство земли не заменит его.

Здоровье не купишь, никто не продаст

Его берегите, как сердце, как глаз.

Ж. Жабаев

**Конкурс 5. Продолжи фразу:** Процесс изменения форм и функций организма человека - … (физическое развитие)

Основное специфическое средство физического воспитания - … (физические упражнения)

Детский туризм это - … (прогулки и экскурсии)

Ходьба, бег, прыжки, лазанье и метание - (основные виды движения)

**3. Проблемные ситуации:**

Вы на прогулке с детьми, пошел дождь. Как это погодное явление превратить в фактор детского развития? (организовать подвижную игру: «Убежим от дождика»; летом в экологически чистом районе использовать как фактор закаливания) и т. п.

4. Решение кроссворда

1. **Заключительное слово ведущего.**

Применение здоровьесберегающих технологий для укрепления психического и физического здоровья дошкольников только в том случае даст положительные результаты если будет применятся системно, т. е. дыхательные и кинезиологические упражнения желательно проводить ежедневно - 60 комплексов в течении 3-х месяцев, подключая родителей в эту работу. Затем, на протяжении всего учебного года можно включать в различные виды деятельности элементы упражнений. Также педагогам и родителям необходимо приучить ребёнка к ежедневному выполнению этих упражнений, тогда эффект от упражнений будет хорошим. Детям будет намного легче адаптироваться к школе и усваивать учебный материал, т.к. все высшие психические функции будут хорошо развиты и физическое здоровье будет на высоком уровне.

Чтобы развить волевые качества у ребёнка нужно начать работу с себя. Перевоспитание самого себя - вещь нелёгкая, даже если оно сопровождается самоконтролем. И здесь главное не исправление своих недостатков, а создание новых навыков. Чтобы мысль была продуктивной, она должна немедленно сопровождаться соответствующим действием. О чём бы ни шла речь, прогресса можно добиться только путём приобретения новых навыков. А для этого недостаточно только думать. Навык приобретается лишь в результате постоянных повторений. Всё, что вы хотите сделать, даже самую мелочь, надо делать немедленно. Если вы откладываете что-то на потом, вы никогда этого не сделаете, потому что потом возникнут другие дела.

1. **Рефлексия.**

Хочется надеяться, что вы будете применять в своей практике то, что мы вам сегодня показали, во время нашего семинара. Судя по нашему опыту, такая форма является результативной и актуальной – она помогает педагогам и родителям получить определенные знания, развивает психические процессы, учит общаться со своими детьми, и быть примером во всем.

А сейчас нам бы хотелось, чтобы вы приняли активное участие, проанализировали, дали положительную или отрицательную оценку и порекомендовали нам, что-то новое и необходимое. Заполнение анкет.

В завершении нашего мероприятия по традиции мы встанем в круг и улыбнемся друг другу. Улыбка ничего не стоит, но много дает она обогащает тех, кто ее получает. Она длится мгновение, а в памяти остается навсегда. Она создает счастье в доме, порождает атмосферу доброжелательности в деловых взаимоотношениях и служит паролем для друзей. Подарите друг другу улыбку. Улыбайтесь, и вы будете нравиться людям.

Хочется пожелать всем педагогам, работающим в системе дошкольного образования, творчества, новых идей и успехов в работе. Большое спасибо за активное участие в работе семинара!