**Педагогический совет**

**Деловая игра с педагогами ДОУ по теме «Ребенок и его здоровье»**

*Разработал и провел:*

*Старший воспитатель МДОУ «Брусничка»*

*Н.А. Соломенникова*

**Цель**: систематизировать знания педагогов по вопросам оздоровления дошкольников и формирования у них навыков здорового образа жизни.

 **План проведения:**

1. Что мы знаем о здоровье – опрос педагогов
2. Практические игры с педагогами
3. Формы работы с семьей по созданию здоровьесберегающего пространства в семье - рассуждения педагогов
4. Показ презентаций каждой группы о работе по здоровьясбережению.
5. Проект решения педагогического совета.

**Ход деловой игры**:

 Сегодня мы собрались поделиться опытом работы по теме «Ребенок и его здоровье», Поэтому предлагаем построить работу в форме деловой игры:

 Приглашаем поиграть

 И проблемы порешать.

 Что-то вспомнить, повторить,

 Что не знаем, подучить.

 Давайте вспомним, что такое здоровье. Кто и вас даст определение?

Вот некоторые определения понятия «здоровье»:

1. **Здоровье** – это динамическое равновесие организма и его функций с окружающей средой.
2. **Здоровье** – это способность организма приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям существования в окружающей среде, способность поддерживать постоянство внутренней среды организма, обеспечивая нормальную и разностороннюю жизнедеятельность, сохранение живого начала в организме.
3. **Здоровье** – это отсутствие болезни, болезненных состояний, болезненных изменений.
4. **Здоровье** – это способность к полноценному выполнению основных социальных функций.
5. **Здоровье** – это полное физическое, духовное, умственное и социальное благополучие. Гармоническое развитие физических и духовных сил, принцип единства организма, саморегуляции и уравновешенного взаимодействия всех органов.
6. **Здоровье** – это полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Да, «Здоровье – это вершина, которую должен каждый покорить сам» - так гласит восточная мудрость.
Задача педагогов – научить детей покорять эту вершину.
Как же воспитывать ребенка, чтобы он понимал значимость, самоценность здоровья и умел бережно к нему относиться? Эту задачу взрослым надо решать с самых ранних лет жизни ребенка, решать системно и сообща.

 Большая часть дошкольников нашего ДОУ болеют почти ежегодно. Патологические изменения при заболеваниях приводят к функциональным и физическим нарушениям в организме ребенка. В связи с этим возникает проблема повышения эффективности здоровьесбережения в ДОУ. В этом возрасте более интенсивно развиваются различные способности, формируются нравственные качества, вырабатываются черты характера. Именно в данном возрастном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развития физических качеств, необходимых для эффективного участия ребенка в различных формах двигательной активности, что, в свою очередь, создает условия для активного и направленного формирования и развития психических функций и интеллектуальных способностей дошкольника. Вот почему применение в работе ДОУ здоровьесберегающих технологий может повысить результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей.

 Проблема оздоровления детей не компания одного дня деятельности и одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения на длительный срок.

**А сейчас предлагаю поиграть.**

**1.Закончи пословицу:**

 1) В здоровом теле…. (здоровый дух)

 2) Здоровье всему…. (голова)

 3) Кто спортом занимается…. (тот силы набирается)

 4) Забота о здоровье лучшее (лекарство)

 5) Двигайся больше, проживешь…. (дольше)

 6) Здоровье в порядке… (спасибо зарядке)

 7) Здоровье дороже (денег, богатства)

 8) Береги платье снову…. (а здоровье смолоду)

 9) Болен лечись, а здоров…. (берегись)

 10) Здоровье сгубишь, новое …. (не купишь)

 11)Горьким лечат, а сладким ( калечат)

12)Здоровому всё (здорово)

13)Добрый человек здоровее (злого)

14)Здоровье не купишь – его (разум дарит)

15)Заболеть легко- вылечиться (трудно)

**2. «Волшебный мешочек».**

 Достаньте из мешочка предмет и ответьте: «Какой вид оздоровления он отражает»

 1) фасоль – сухой бассейн

 2) подушечка с травой – фитотерапия

 3) диск – музыкотерапия

 4) апельсин – ароматерапия

 5) мыльные пузыри - игры на дыхание

 6) кукла – арт-терапия

 7) перчатка – пальчиковая гимнастика

 8) цветок – цветотерапия.

  **3.«Заморочки из бочки»**

 Участники игры достают бочонки с номерами и отвечают на вопросы:

 1. Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее…

 (4 – 4, 5 часа)

 2. Что необходимо провести в середине занятия?

 (физкультминутку)

 3. Сколько раз в неделю проводят физкультурные занятия с детьми 3-7 лет?

 (2-3 раза в неделю)

 4. Какая продолжительность занятия в старшей группе?

 (25 минут)

 5. Сколько минут составляет перерыв между занятиями?

 (не менее 10 минут)

 6. Сколько длится сон для детей 1, 5 – 3 лет?

 (не менее 3 часов)

 7. Какая продолжительность занятия в средней группе?

 (20 минут)

8. Назовите основные виды движения

( ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье)

 **4.«Поэтическая» /2-3 мин. на обдумывание**/

 К началу предложения нужно придумать рифму:

 «Чтобы детям сладко спать…

 Нужно музыку включать».

 «Лук, чеснок – вот это чудо… .

 Ох, боится их простуда».

 «Чтобы кашлем не страдать…

 Надо правильно дышать».

 «Раз фасоль и два фасоль…

 Массажируем ладонь».

 «Чтобы смелым быть и в школе

 У доски ответ держать…

 Нужно в садике почаще

 Роль в спектакле исполнять»

 «Яркий цвет и яркий свет…

 Повышает иммунитет».

 «Трав душистый аромат…

 Сон улучшит во сто крат».

 «Днем поспали и проснулись,

 Потянулись, улыбнулись…

 Ручки, ножки мы подняли,

 Здоровей намного стали»

4.**А сейчас давайте определим формы работы с семьей по созданию здоровьесберегающего пространства в семье.** Рассуждения педагогов.

Специальные психолого-педагогические и социологические исследования показали, что семья остро нуждается в помощи специалистов на всех этапах дошкольного детства. Очевидно, что семья и детский сад, имея свои особые функции, не могут заменить друг друга и должны взаимодействовать во имя полноценного развития ребенка-дошкольника. В соответствии с законом Российской Федерации "Об образовании" одной из основных задач, стоящих перед детским садом, является "взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития ребенка". В центре работы по здоровьесбережению детей должен находиться не только детский сад, но и семья, так как именно эти две социальные структуры в основном и определяют уровень здоровья ребенка. Целью взаимодействия с родителями стало повышение педагогической грамотности родителей в вопросах формирования практических навыков, в непринужденной, эмоционально насыщенной обстановке. **Досуговые формы организации взаимодействия.** Такие мероприятия оказывают конкретную практическую помощь семье в сохранении и укреплении здоровья ребенка, устанавливают теплые неформальные отношения между педагогами и родителями, а также более доверительные отношения между родителями и детьми. **Проектная деятельность.** Родители включены в жизнь детского сада, они учатся анализировать свои методы, приемы по сохранению здоровья своего ребенка и привитию правил ЗОЖ. **Нетрадиционные родительские собрания**, с показом элементов здоровьесбережения в детском саду или обмен опытом между родителями. Только в условиях совместной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика показателей, характеризующих здоровье детей и их ориентацию на здоровый образ жизни. Поэтому одной из основных задач является сохранение и укрепление здоровья дошкольников, формирование у них привычки к здоровому образу жизни.

5. **Показ презентаций каждой группы о работе по здоровьясбережению.**

**6.Проект решения педагогического совета.**

1. Активно сотрудничать с родителями при создании здоровьесберегающего пространства «Детский сад-семья» Провести собрания по темам: «Здоровье ребенка в наших руках».

 2. Создать картотеку «Здоровьесберегающие технологии в детском саду» и максимально её использовать во время всего воспитательно-образовательного процесса, в соответствии с возрастом.

3. Продолжить реализацию мини-проектов совместно с семьей «Здоровье детей в наших руках».

***Советы в помощь педагогу***

– Смейтесь хотя бы 10 минут в день, тогда ваш сон станет спокойным, бодрствование – рассудительным и энергичным, а риск инфаркта снизится на 50%;
– ежедневно съедайте 30 граммов рыбы – это снижает уровень холестерина в крови и способствует профилактике болезней сердца и кровеносных сосудов;
– не подавляйте в себе негативные эмоции, вы рискуете приобрести невроз или какую-нибудь болезнь;
– больше ходите пешком;
– если любите петь, то делайте это каждый день;
– бойтесь попасть в плен к врачам;
– живите делами сегодняшнего дня по принципу «здесь и сейчас», не сожалейте о прошлом и не беспокойтесь о том, что будет завтра;
– думайте больше о светлых и радостных сторонах жизни, ибо «наша жизнь есть то, что мы о ней думаем»;
– не держите злобу на своих оппонентов. «Ни минуты не думать о людях, которых мы не любим»;
– считайте свои удачи, а не несчастья;
– старайтесь приносить радость другим, так как, делая добро окружающим, вы делаете его прежде всего самому себе;
– активно ищите способы превращения минусов в плюсы;
– отдыхайте до того, как пришло чувство усталости;
– умейте расслабляться и сбрасывать лишнее напряжение;
– не задерживайте внимание на недостатках других;
– профилактикой от стресса является чувство юмора;
– помните: здоровье не самоцель, а лишь условие достижения счастья и благополучия в семье и на работе.