**Подготовила Стаматова Н.Р.**

**Деловая игра с педагогами**

**«Двигательная  активность в ДОУ».**

**Цель:**

1.Уточнить знания педагогов по физическому воспитанию и развитию двигательной активности в ДОУ.

2.Активизировать мыслительную деятельность педагогов, развить их творческий потенциал.

3. Познакомить педагогов синновационными подходами к физкультурно-оздоровительной работе ДОУ.

3.Систематизировать работу по совершенствованию форм физического развития и укрепления здоровья детей.

**Предварительная работа:**

1.  Проведение тематического контроля: «Организация и эффективность работы по развитию у детей двигательной активности в режиме дня».

2. Оформление для родителей и педагогов консультаций по теме.

3. Проведение цикла  мероприятий с воспитателями направленных на уточнение и закрепление знаний педагогов по теме: «Двигательная активность детей в ДОУ»

1).Тематический семинар:  «Двигательная активность детей в первой половине дня» (организация и проведение утренней гимнастики, физкультурных минуток в НОД, организация и проведение прогулки).

2). Педагогический практикум:  «Двигательная активность детей во второй половине дня» (организация и проведение бодрящей гимнастики после сна, организация самостоятельной двигательной активности, организация и проведение НОД по физической культуре).

3). Педагогический час: «Планирование двигательной активности детей в режиме дня». « Устранение недостатков планирования работы».

     «Физкультурный уголок в группе».

1. Подготовка  раздаточного  материала  для воспитателей по теме «Двигательная активность детей в ДОУ».

   5. Проведение анкетирования педагогов: «Организация двигательной активности детей»

   6. Проведение анкетирования родителей: «Двигательный режим и физическое воспитание Вашего ребенка»

7.         Оказание воспитателям помощи в подготовке материала для родительских уголков по физическому развитию детей разных возрастов и развитию двигательной активности.

**Материалы и оборудование:** Иллюстрации с зимними видами спорта, кроссворд, магнитофон, музыка в записи, подборка загадок, пословиц, поговорок о спорте и ЗОЖ, мультимедийная система /проектор, компьютер/.  Раздаточный материал участникам деловой игры: бумага, газета, клей – карандаш, ручки, ладошки из бумаги, памятки для воспитателей.

**Ход игры:**

Из числа педагогов  ДОУ формируется 2 команды.

Воспитателям предлагается выбрать красную или синюю полосы, т.о. формируются две команды участников «Красные» и «Синие».

Страница первая

**«Представление команд»**.

Приветствие, девиз команд без специальной подготовки. Приветствуется творчество, фантазия, смекалка команды.

Страница вторая.

**«Мозговая атака».**

1. Назовите основные виды движения. (*Ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, бросание, ловля, метание, упражнения на равновесие, строевые упражнения, ритмическая гимнастика*.)

2. Назовите строевые упражнения. (*Построение в колонну по одному, в шеренгу, перестроение в колонны по двое, по трое. Размыкание в колонне, в шеренге. Повороты на право на лево, кругом.)*

3.  Какие вы знаете спортивные упражнения? (*Катание на санках, ходьба на лыжах, катание на велосипеде, самокате, плавание*.)

4. О чем речь? Кратковременные физические упражнения способствуют смене позы и характера деятельности путем двигательной активности*.(физкультминутки)*

5.  Назовите виды подвижных игр. (*С бегом, с прыжками, с лазанием, ползанием, с метанием, эстафеты, с элементами соревнования, народные игры*.

6.  Важно соблюдать все 5 этапов организации прогулки. Назовите их.  
*Наблюдение; Трудовая деятельность; Игровая деятельность;  
Индивидуальная работа; Самостоятельная деятельность детей.*

7. Приведите пример подвижных игр с бегом. (*«Ловишки», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Бездомный заяц и т.д.*)

8.  Приведите пример подвижных игр с прыжками (*«Не оставайся на полу», «Удочка», «С кочки на кочку», «Классы»*.)

9. Приведите пример подвижных игр с бросанием и ловлей. (*«Сбей кеглю», «Попади в обруч», «Охотники и звери»*.)

10. Назовите формы организации двигательной  деятельности в ДОУ:  
*(НОД по физическому развитию детей; Физкультурно  - оздоровительная работа в режиме дня:  утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, физкультминутки, физкультурные паузы, бодрящая гимнастика после дневного сна, закаливающие мероприятия; Физкультурный уголок в группе; Самостоятельная двигательная деятельность детей; Активный отдых: физкультурный досуг, физкультурные праздники, дни здоровья).*

11. Приведите пример подвижных игр с элементами соревнования. (*«Кто быстрее?», «Чья команда забросит больше мячей?», «Кто дальше»*.)

12.  Приведите пример народных игр. (*«Гори, гори ясно!», «Краски», «У медведя во бору»*.)

13.  Назовите спортивные игры. (*Городки, элементы баскетбола, бадминтон, элементы футбола, хоккея*.)

14. Основное специфическое средство развития  физических качеств  детей - … (физические упражнения)  
15. Детский туризм это - … (прогулки и экскурсии)  
16. О чем идет речь?Одно из средств оздоровления и профилактики болезней. У детей пропадает сонливое состояние, появляется чувство бодрости, наступает эмоциональный подъем, повышается работоспособность на весь день -*утренняя гимнастика.*

17. Это является для ребенка особым радостным событием, сюда входят разнообразные физические упражнения и веселые подвижные игры, включаются движения, предварительно разученные на физкультурном занятии *(физкультурный досуг).*

18.Одна из основных моделей организации образовательного процесса детей дошкольного возраста. Условия - создание педагогами предметно-развивающей образовательной среды  позволяющей ему взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально*(Самостоятельная деятельность детей).*

19.  Поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений. Сохранить и укрепить  
здоровье детей - главная цель..? (Бодрящей гимнастики после сна).

20. Служит удовлетворению потребности дошкольника в движении, имеет определённую наполняемость соответствующую возрасту детей*. (Физкультурный уголок).*

Страница третья

**«Информационная»**

**«Инновационные подходы к физкультурно-оздоровительной работе ДОУ»**

Сохранение и укрепление здоровья детей — одна из  основных целей любого ДОУ. Ежегодно, не зависимо от годовых задач детского сада, коллектив ДОУ  уделяет внимание укреплению здоровья и физическому развитию воспитанников и, в соответствии с этим,  решает задачи воспитательно-образовательной работы.

Сегодня я хочу познакомить вас с  инновационными формами физкультурно-оздоровительной работы с детьми от 1,5 до 7 лет.

***Оздоровительно-игровой  «час».***

***«Час» двигательного творчества.***

***Динамический «час»***

При внедрении новой формы работы — ***оздоровительно-игрового «часа»,***следует учитывать: продолжительность и интенсивность  двигательной активности, обогащение содержания и увеличение количества основных движений, индивидуальные особенности в объеме и виде основных движений, ярко выраженная тенденция к повышению двигательной активности в весенне-летний период и ее снижению в осенне-зимний период.

Основным приемом организации такого «часа» для малышей является «игровой момент». Оздоровительно-игровой «час» для малышей организуется воспитателем после дневного сна. Его длительность составляет для детей с 1,5 до 2 лет — 8 мин, с 2 до 3 лет — 8—10 мин. Ведущая роль в данной форме работы с детьми, естественно, принадлежит воспитателю. Организация оздоровительно-игрового часа предусматривает творческий подход: воспитатель может использовать  игру, музыкальное сопровождение, ввести дополнительные игровые персонажи, использовать художественное слово и др. Но при этом необходимым условием остается учет оптимальной физической нагрузки и эмоциональное состояние малышей.

Другой формой физического развития детей от 3 до 7 лет может быть ***«час» двигательного творчества,***который организуется в физкультурном зале,Детиимеют возможность сами выбрать вид двигательной деятельности, спортивный инвентарь, партнера и т.д., другими словами, дети могут почувствовать себя хозяевами в спортивном зале, освоить его пространство. Отсутствие внешней регламентации позволяет им оценивать собственные действия как успешные или неуспешные. Самостоятельное перемещение в зале способствует снятию зажатости, нерешительности, скованности, развивает уверенность в своих силах, в своей безопасности и причастности к общему делу. Для часа двигательного творчества используются разнообразные виды движения: от хорошо знакомых детям подвижных игр до совместной со взрослым или сверстниками деятельности в организованном физическом пространстве. Час двигательного творчества проводится во второй половине дня в спортивном зале под непосредственным контролем и при активном участии воспитателя. Поощряется также участие родителей. Все это стимулирует активность детей («мы сами»), они начинают интересоваться умениями товарищей, помогают друг другу, обмениваются опытом, учатся действовать совместно, уверенно ориентируются в спортивном зале.

В образовательный процесс может быть введен  дополнительный час физкультурной деятельности — ***динамический «час»,***который организуется воспитателем на дневной прогулке. Его длительность составляет 18—20 мин в группах младшего и среднего возраста, 25—30 мин в группах старшего дошкольного возраста. Содержание определяется в соответствии с возрастом детей.

Вместо классической организации физкультурной деятельности на воздухе упор  сделан на основной вид детской деятельности - игру.

Структура динамического часа состоит из двух частей.

1. *Оздоровительная разминка*подготавливает организм к физической нагрузке. В игровой форме используются различные виды ходьбы, бега, прыжков, имитационные движения, упражнения для профилактики плоскостопия и осанки.

2. *Оздоровительно-развивающая — тренировка* определенного вида физических умений и навыков, развитие физических качеств, формирование умения играть вместе в подвижные игры.

Число заданий в первой и второй частях зависит от возраста детей, погодных условий, двигательной активности и умений, места проведения динамического часа ит.д. Для повышения интереса к выполнению заданных упражнений используются образно-игровые сюжеты: «циркачи», «юные следопыты», «индейцы», «оленеводы» и др.

В зависимости от времени года, места проведения, погодных условий и поставленных задач можно рекомендовать несколько вариантов построения динамического часа:

• игровые упражнения, подвижные и спортивные игры;

• игровые упражнения, игры-эстафеты;

• игровые упражнения, хороводные игры.

В наиболее холодные зимние месяцы (январь—февраль) динамический час организуется в спортивном зале при соблюдении температурного режима, в облегченной одежде. Динамический час организуется воспитателем в соответствии с перспективным планом.

Система здоровьесберегающих физкультурно-оздоровительных мероприятий, реализуемая ДОУ, и контроль за организацией инновационных форм двигательной активности  позволят разнообразить педагогическую деятельность  и добиться лучших результатов в освоении основных видов движений.  Без увеличения нагрузки детям может быть предложена насыщенная разнообразными возможностями двигательная деятельность, что позволит реализовать главную их потребность — потребность в движении.

Страница четвёртая

**«Физкультурный калейдоскоп».**

Командам предлагается продемонстрировать физкультминутки, пальчиковые упражнения или подвижную игру для всех участников игры.

Страница пятая

**«Кроссворд».**

Необходимо разгадать кроссворд, отгадывая загадки о спорте или спортивном инвентаре.

|  |  |
| --- | --- |
| Как только утром я проснусь, Присяду, встану и нагнусь – Все упражненья по порядку! Поможет вырасти …**(зарядка)** На поле лёд, забор вокруг, И нарисован в центре круг. По полю носится народ, Как будто ищет выход-вход. Для шайбы здесь — два входа. И что это? **(ворота)** Две курносые спортсменки В даль бегут, за ними ленты, Развеваясь на бегу, Остаются на снегу. **(лыжи)**  Силачом я стать решил, К силачу я поспешил: - Расскажите вот о чем, Как вы стали силачом? Улыбнулся он в ответ: - Очень просто. Много лет, Ежедневно, встав с постели, Поднимаю я ...**(гантели)**  Катаюсь на нем до вечерней поры, Но ленивый мой конь возит только с горы. Сам на горку пешком я хожу, И коня своего за веревку вожу.  **(санки)** Есть лужайка в нашей школе, А на ней козлы и кони. Кувыркаемся мы тут Ровно сорок пять минут. В школе – кони и лужайка?! Что за чудо, угадай-ка!**(спортзал**) Не похож я на коня. Хоть седло есть у меня. Спицы есть. Они, признаться, Для вязанья не годятся. Не будильник, не трамвай, Но звоню я так и знай!**(велосипед)**  Над трибунами висит Этот очень нужный щит. Каждый гол покажет он – Видно счёт со всех сторон.**(табло)**  Кто на льду меня догонит? Мы бежим вперегонки. А несут меня не кони, А блестящие**…(коньки)** Конь, канат, бревно и брусья, Кольца с ними рядом. Перечислить не берусь я Множество снарядов. Красоту и пластику Дарит нам …(**гимнастика)**  Во дворе есть стадион, Только очень скользкий он. Чтобы там как ветер мчаться, На коньках учись кататься.  **(каток)** Ростом мал, да удал, От меня ускакал. Хоть надут он всегда – С ним не скучно никогда.**(мяч)** | Нам вчера в спортивном зале Класс девчонки показали. Вряд ли кто-то из ребят Так же сядет на …**(шпагат)** Во дворе с утра игра, Разыгралась детвора. Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" - Там идёт игра - ...**(хоккей).**  Маленький, удаленький Громко кричит, Судье помогает, Устали не знает. **(свисток).**  Я смотрю - у чемпиона Штанга весом в четверть тонны. Я хочу таким же стать, Чтоб сестренку защищать! Буду я теперь в квартире Поднимать большие ...**(гири).** Лопасть есть в руке моей, По воде гребу я ей. Для того чтоб наша лодка По воде скользила ходко.  **(весло)** В футбол команды две играли. Играли, но не проиграли. «0:0» – таков был матча счёт. Кто результат мне назовёт?  **(ничья)** Кто тот снаряд спортивный крутит, Тот очень стройным скоро будет.  **(обруч)** Здесь купаться и зимой Сможем запросто с тобой. Здесь научат нас нырять. Как то место нам назвать?**(бассейн)** В этом спорте игроки Все ловки и высоки. Любят в мяч они играть И в кольцо его кидать. Мячик звонко бьет об пол, Значит, это ...**(баскетбол)** По воротам ты ударь – Не пропустит мяч ...**(вратарь)** |

Страница шестая

**«Живые картинки».**

Команды получают иллюстрации зимних видов спорта (хоккей, фигурное катание, баскетбол, биатлон, художественная гимнастика, тяжёлая атлетика, теннис, плавание, волейбол, футбол, парашютный спорт, бокс, велоспорт, лыжный спорт). Команды по очереди средствами пантомимы показывают их, соперники отгадывают.

Страница седьмая

**«Раздумье».**Аббревиатура (СССР, МДОУ, ФСБ, СНГ, МЧС, ЦРУ, ФЗОЖ, ФГТ, ООП, ФГОС, ЦРБ). Педагогам  предлагается  расшифровать аббревиатуры в соответствии с физкультурно-оздоовительной тематикой. Например: СССР – самые сильные и смелые ребята, МЧС – мы чемпионы спорта и.тд.

Страница восьмая

**«Практическое мастерство»**

Роль движений для развития психики и интеллекта чрезвычайно велика. От работающих мышц импульсы постоянно поступают в мозг, стимулируя центральную нервную систему и тем самым способствуя ее развитию. Двигательная активность ребенка не только способствует развитию мышечной силы как таковой, но и увеличивает энергетические резервы организма.

**1 команде - необходимо разработать и провести комплекс ОРУ с нестандартным оборудованием, под музыкальное сопровождение (газета).  (Музыка в записи).**

Физкультминутки применяются с целью предупреждения утомления при организации ОД, связанного с длительным сидением в однообразной позе, требующего сосредоточенного внимания и поддержания умственной работоспособности детей на хорошем уровне.

Физкультминутки могут проводиться в форме упражнений общеразвивающего  воздействия, подвижной игры, дидактической игры с разными движениями, **танцевальных движений** и игровых упражнений. Действие может сопровождаться текстом.

**2 команде - идея оживших предметов необыкновенно притягательна. Вот и вы сейчас должны показать нам музыкальную физкультминутку «Белые листья»  (листы бумаги формата А4).  (Музыка в записи).**

Страница девятая

**«Страница мудрых мыслей"**

**Русские пословицы и поговорки о спорте и здоровье.**

Кто любит **спорт**, тот **здоров** и бодр.

И смекалка нужна, и закалка важна.

Играй, не отыгрывайся; лечись, не залечивайся!

Физкультура — лечит, спорт — калечит.

Где здоровье - там и красота

Двигайся больше - проживешь дольше.

Солнце, воздух и вода помогают нам всегда.

Кто встал до дня, тот днем **здоров**.

Солнце, воздух и вода наши верные друзья.

Холода не бойся, сам по пояс мойся.

Чистота - залог **здоровья**.

Если хочешь быть **здоров** - закаляйся.

Гимнастика удлиняет молодость человека

Смолоду закалишься, на весь век сгодишься.

Цель физической культуры: Быть здоровым и с фигурой

От лежанья да сиденья хвори прибавляются.

Движение это жизнь.

Отдашь спорту время - взамен получишь здоровье

Здоровому все здорово.

Каждый кузнец своего здоровья

Кто пешком ходит тот долго живет

Если не бегаешь, пока здоров, придется побегать, когда заболеешь.

Тот **здоровья** не знает, кто болен не бывает.

Кто **спортом** занимается, тот силы набирается..

Кто любит **спорт**, тот **здоров** и бодр.

Кто крепок телом тот богат и здоровьем и делом

Быстрого и ловкого болезнь не догонит!

Страница десятая

**«Психологическая зарядка».**

        Большинство из нас уже настолько привыкло к душевному и мышечному напряжению, что воспринимают его как естественное состояние, даже не осознавая, насколько это вредно. Если человек хочет направить свои усилия на сохранение здоровья, то на стрессовый импульс он должен осознанно отвечать релаксацией. Активизируя деятельность нервной системы, релаксация регулирует настроение и степень психического возбуждения, позволяет ослабить или сбросить вызванное стрессом психическое и мышечное напряжение.  
Так что же такое релаксация?

        Релаксация — это метод, с помощью которого можно частично или полностью избавляться от физического или психического напряжения.  
        Релаксация является очень полезным методом, поскольку овладеть ею довольно легко — для этого не требуется специального образования и даже природного дара. Но есть одно непременное условие — мотивация, т.е. каждому необходимо знать, для чего он хочет освоить релаксацию. Методы релаксации нужно осваивать заранее, чтобы в критический момент можно было запросто противостоять раздражению и психической усталости. При регулярности занятий релаксационные упражнения постепенно станут привычкой, будут ассоциироваться с приятными впечатлениями, хотя, для того чтобы их освоить, необходимо упорство и терпение.  
         Целью упражнения является полное расслабление мышц. Полная мышечная релаксация оказывает положительное влияние на психику и помогает достичь душевного равновесия. Сегодня я предлагаю Вам одно из подобных упражнений. Ваша задача: удобно устроиться на своём месте,

глаза закрыты, все тело расслаблено,  дыхание через нос.  
Итак, мы начинаем.

**«Водопад»**(выполняется под медленную красивую музыку)  
        Представьте себе, большую зеленую поляну, вокруг много красивых цветов, они так сладко пахнут и этот запах дурманит. Вы босиком идете по мягкому, зеленому ковру из трав.  Ярко светит солнце, дует приятный легкий ветерок…. вам тепло,  приятно и комфортно. Поднимаете голову……там,  высоко-высоко голубое бескрайнее небо и белые птицы….. они парят, легко взмывают ввысь, к самым облакам,  свободно…летят,  взмахивают большими белыми крыльями…,  и вы мысленно летите вместе с ними.  Ваше внимание привлекает  звук падающей воды. Водопад! И вот вы делаете шаг и еще шаг и ……. попадаете вод волшебные струи  небольшого водопада.  Вода чистая тёплая и прозрачная.  Хрустальные струйки  стекают на ваше лицо, волосы, мягко струятся по шее, спине, ласкают руки и ноги. Они стекают и продолжают свой бег дальше. Вам радостно,  тепло и приятно.  Постойте немного под водопадом – пусть вода омоет ваше лицо, тело и душу, унесёт прочь все  невзгоды  и неприятности. Все  разочарования и усталость  уплывают вместе с водой в никуда… Вашу боль, обиды, плохое настроение смыла и унесла вода. Чистая, прозрачная, целебная  вода омыла вас и вашу душу.  Тело расслабилось,  оно наполняется лёгкостью, в голове  светлые  и радостные мысли. На душе тепло и спокойно, вы улыбаетесь.  Вы улыбаетесь,  и хорошее настроение заполняет всё внутри вас…..  Возьмите это хорошее настроение с собой на весь оставшийся  день.

Страница одиннадцатая

**«Заключительная»**

В заключение нашей встречи, я предлагаю написать на ладошке свой отзыв или отношение к мероприятию (участникам раздаются заготовки ладошек, они записывают и вклеивают их на панно)

<http://www.vsezagadki.ru/2010/03/zagadki-o-sporte/>

<http://nsportal.ru/>

<http://www.maaam.ru/detskijsad/>

<http://doshvozrast.ru/metodich/metodich01.htm>

<http://ya-uchitel.ru/load/doshkolnoe_obrazovanie/>

<http://www.o-detstve.ru/>

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **з** |  |  |  |  | **с** |  |  |  |  |  |  |
| **а** |  | **л** |  |  | **п** |  | **т** | **к** |  |  |  |
| **р** |  | **ы** |  |  | **о** |  | **а** | **о** |  |  |  |
| **я** |  | **ж** |  | **с** | **р** | **в** | **б** | **н** |  | **к** | **м** |
| **д** | **в** | **и** | **г** | **а** | **т** | **е** | **л** | **ь** | **н** | **а** | **я** |
| **к** | **о** |  | **а** | **н** | **з** | **л** | **о** | **к** | **и** | **т** | **ч** |
| **а** | **р** |  | **н** | **к** | **а** | **о** |  | **и** | **ч** | **о** |  |
|  | **о** |  | **т** | **и** | **л** | **с** |  |  | **ь** | **к** |  |
|  | **т** |  | **е** |  |  | **и** |  |  | **я** |  |  |
|  | **а** |  | **л** |  |  | **п** |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **и** |  |  | **е** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **д** |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | **в** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **б** | **р** |
|  |  | **с** |  |  |  |  |  | **а** | **а** |
|  |  | **в** |  |  | **г** |  |  | **с** | **т** |
| **ш** | **х** | **и** |  |  | **и** |  | **б** | **к** | **а** |
| **п** | **о** | **с** | **г** |  | **м** |  | **а** | **е** | **р** |
| **а** | **к** | **т** | **и** | **в** | **н** | **о** | **с** | **т** | **ь** |
| **г** | **к** | **о** | **р** | **е** | **а** | **б** | **с** | **б** |  |
| **а** | **е** | **к** | **и** | **с** | **с** | **р** | **е** | **о** |  |
| **т** | **й** |  |  | **л** | **т** | **у** | **й** | **л** |  |
|  |  |  |  | **о** | **и** | **ч** | **н** |  |  |
|  |  |  |  |  | **к** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **а** |  |  |  |  |

**I. План проведения семинара-практикума**

* Организационная часть.

**II. Основная часть.**

* Введение в тему семинара.
* Деловая игра с участниками семинара «Двигательная активность детей в ДОУ».

**III. Заключительная часть.**

* Психотехническое упражнение «».

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

**Задачи:**

* Формировать и закреплять профессиональные знания, умения и навыки педагогов в работе с детьми по сохранению и укреплению здоровья через повышение двигательной активности и пропаганду ЗОЖ.
* Способствовать росту педагогического мастерства, создать благоприятную атмосферу для творческой работы педагогов.

**I. Организационная часть**

Здравствуйте, уважаемые коллеги!

*Крикните громко и хором, друзья,  
Помочь откажитесь мне? (Нет или да?)  
Деток вы любите? Да или нет?  
На семинар Вы пришли, а 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).*

Итак, с прекрасным настроением и позитивными эмоциями мы начинаем наш семинар-практикум «Движение – основа здоровья детей».

**Слайд 2.**

**II. Основная часть**

*«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя.   
От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их духовная жизнь,   
мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы …»*  
*В.А. Сухомлинский*

Одним из основных факторов оздоровления детей является двигательная активность. Первые семь лет - это годы бурного психического и физического развития ребёнка, организм которого и его функции ещё далеко не совершенны и легко подвергаются различным воздействиям. Вот почему так важно чтоб в этот период развития детей мы обеспечили им педагогически целесообразную среду. Правильная организация физического воспитания детей в повседневной жизни обеспечивает выполнение двигательного режима, необходимого для здорового физического состояния ребёнка и его психики в течение дня.

Важнейшим условием оздоровления в ДОУ является организация двигательной активности детей.

**Двигательная активность способствует:**

* повышению устойчивости организма к различным заболеваниям;
* росту физической работоспособности;
* нормализации деятельности отдельных органов и функциональных систем;
* появлению положительных эмоций, способствующих укреплению психического здоровья.

**Слайд 3.**

И я предлагаю провести наш семинар в форме деловой игры **«Двигательная активность детей в ДОУ»**. Для этого я предлагаю разделиться на две команды и занять места за столами.

Педагогам предлагается выбрать эмблемы с названием команд т.о. формируются две команды участников «Чемпионы» и «Олимпийцы».

**Слайд 4.**

***Первое задание.* «ЗОЖ»**

Уважаемые коллеги на ваших столах лежат буквы. Напишите на них слова, связанные со ЗОЖ

1. «3» - зарядка, закаливание, зубы, завтрак, зубная щетка, зубная паста.
2. «Д» - движение, дыхание, доброта, деревья.
3. «О» - осанка, обувь, одежда, обед, овощи.
4. «Р» - развитие, радость, режим дня.
5. «О» - опрятность, осторожность.
6. «В» - вода, воздух, витамины.
7. «Ь» - ---
8. «Е» - еда.

**Слайд 5.**

***Второе задание*«Мозговая атака»**

**Слайд 6.**

1. Назовите основные виды движения. (Ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, бросание, ловля, метание, упражнения на равновесие, строевые упражнения, ритмическая гимнастика.)

2. Назовите строевые упражнения. (Построение в колонну по одному, в шеренгу, перестроение в колонны по двое, по трое. Размыкание в колонне, в шеренге. Повороты направо налево, кругом.)

3. Какие виды циклических упражнений вы знаете? (ходьба на лыжах, катание на велосипеде, бег, плавание.)

4. О чем речь? Кратковременные физические упражнения способствуют смене позы и характера деятельности путем двигательной активности. (физкультминутки)

5. Назовите виды подвижных игр. (С бегом, с прыжками, с лазанием, с метанием, эстафеты, с элементами соревнования, народные игры).

6. Приведите пример подвижных игр с бегом. («Ловишки», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Бездомный заяц и т.д.)

7. Приведите пример подвижных игр с прыжками («Не оставайся на полу», «Удочка», «С кочки на кочку», «Классы».)

8. Приведите пример подвижных игр с бросанием и ловлей. («Сбей кеглю», «Попади в обруч», «Охотники и звери».)

9. Назовите формы организации двигательной деятельности в ДОУ: (НОД по физическому развитию детей; Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня: утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, физкультминутки, физкультурные паузы, бодрящая гимнастика после дневного сна, закаливающие мероприятия, физкультурный уголок в группе, самостоятельная двигательная деятельность детей.

Активный отдых: физкультурный досуг, физкультурные праздники, дни здоровья).

10. Приведите пример подвижных игр с элементами соревнования. («Кто быстрее?», «Чья команда забросит больше мячей?», «Кто дальше».)

11. Приведите пример народных игр. («Гори, гори ясно!», «Краски», «У медведя во бору».)

12. Назовите спортивные игры. (Городки, элементы баскетбола, бадминтон, элементы футбола, хоккея.)

13. Основное специфическое средство развития физических качеств детей - … (физические упражнения)

**Слайд 7.**

14.Детский туризм это - … (прогулки и экскурсии)

15. О чем идет речь? Одно из средств оздоровления и профилактики болезней. У детей пропадает сонливое состояние, появляется чувство бодрости, наступает эмоциональный подъем, повышается работоспособность на весь день - утренняя гимнастика.

16. Это является для ребенка особым радостным событием, сюда входят разнообразные физические упражнения и веселые подвижные игры, включаются движения, предварительно разученные на физкультурном занятии (физкультурный досуг).

17. Одна из основных моделей организации образовательного процесса детей дошкольного возраста. Условия - создание педагогами предметно-развивающей образовательной среды позволяющей ему взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально (Самостоятельная деятельность детей).

18. Поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений. Сохранить и укрепить здоровье детей - главная цель? (Бодрящей гимнастики после сна).

19. Служит удовлетворению потребности дошкольника в движении, имеет определённую наполняемость соответствующую возрасту детей. (Физкультурный уголок).

**Слайд 8.**

***Третье задание.*«Кроссворд»**

Командам предлагается отгадать кроссворд

1. Один из природных закаливающих факторов (вода).
2. Лекарственное растение, название которого происходит от имени древнегреческого бога (адонис).
3. Бегун на короткие дистанции (спринтер).
4. Точно размеренный распорядок действий на день (режим).
5. Продукт питания, полезный для здоровья ребёнка (молоко).
6. Крупнейшие международные спортивные соревнования (олимпиада).
7. Вид спорта (альпинизм).
8. Предмет для игры в спортивные и подвижные игры (мяч).
9. Растение, обладающее фитонцидными свойствами (чеснок).
10. Спортивный инвентарь (коньки).
11. Способность организма противостоять различным болезнетворным микроорганизмам (иммунитет).
12. Вид активного отдыха (туризм).
13. Витаминный напиток (морс).
14. Физиологический процесс, во время которого происходит отдых организма (сон).

**Слайд 9.**

*Четвертое задание.***«Физкультурная пауза»**

Сегодня я предлагаю вам поиграть с игровым пособием «Чудо-парашют».

Думаю, что многие из вас помнят и знают стихотворения, чтение которых сопровождается движениями. О таких стихотворениях я и хочу вам немного рассказать. Работая с детьми, нужно учитывать их возрастные особенности и на занятиях отдавать предпочтение различным игровым формам, применяя в своей работе «Парашют». Есть очень интересная игра «Расскажи стихи с волшебным парашютом». Дети любят повторять движения за взрослыми. Взрослый сопровождает чтение стихотворения подходящими по смыслу движениями, а дети повторяют слова и движения за взрослым. Давайте вместе с вами попробуем попасть в детство и немного поиграть.

**«Три медведя»**

Три медведя шли домой (ходьба с парашютом по кругу)  
Папа был большой, большой (парашют поднят вверх)  
Мама с ним – поменьше ростом (руки с парашютом на уровне груди)  
А сынок – малютка просто (приседают, опускают парашют)  
Очень маленький он был, с погремушками ходил   
(парашют ритмично поднимать и опускать)  
Дзинь – дзинь.

**«Весна»**

Солнышко, солнышко золотое донышко  
Гори, гори ясно, чтобы не погасло (идти с парашютом по кругу).  
Побежал в саду ручей (бег по кругу с парашютом).  
Прилетело сто грачей (поднимание и опускание парашюта).  
А сугробы тают, тают (медленное приседание).  
А веточки подрастают (поднять парашют вверх).

**Слайд 10.**

*Пятое задание.***«Зашифровки»**

*Расшифруйте название подвижных игр:*

*Для команды «Чемпионы»:*

УРЖКИМ (жмурки)  
КАЛДИШО (лошадки)  
ШИКЛИОВ (ловишки)

*Для команды «Олимпийцы»:*

СИАКРК (краски)  
УЬПРЫЗ (пузырь)  
ТКПИЯР (прятки)

*Имеются три шифровки (задание одинаковое для обоих команд) Кто быстрее справится.*

Вначале расшифруйте слово. Каждой цифре соответствует 4 буквы русского алфавита по аналогии сотового телефона. Вам необходимо сопоставить цифру с буквами и разгадать зашифрованное слово.

**Слайд\_11**

*Шестое задание.***«Практическое мастерство»**

**Слайд 12**

*Команде «Чемпионы»* – необходимо придумать и провести две сюжетные подвижные игры.

*Команде «Олимпийцы»***-**необходимо придумать и провести две подвижные игры с элементами соревнований.

**Слайд 13**

**III. Заключительная часть**

«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...

Все мы прекрасно понимаем, как важно беречь свое здоровье. Но делаем ли мы что-то для того, чтобы сохранить его на долгие годы   
Сейчас мы выполним с вами **психотехническое упражнение**, с помощью которого можно снять усталость, обрести внутреннюю стабильность и почувствовать уверенность в себе.

Упражнение называется **«Внутренний луч».**

Приметите удобную позу, сядьте удобно.

*(Включается спокойная музыка)*

Представьте, что внутри вашей головы, в верхней ее части, возникает светлый луч, который медленно и последовательно движется сверху вниз и медленно, постепенно освещает лицо, шею, плечи, руки теплым, ровным и расслабляющим светом. По мере движения луча разглаживаются морщины, исчезает на­пряжение в области затылка, ослабляется складка на лбу, ослабляются зажимы в углах губ, опускаются плечи, освобождаются шея и грудь. Внутренний луч как бы формирует новую внешность - спокойного, освобожденного человека, удовлетворенного собой, своей жизнью и своей профессией.

И теперь вместе, не открывая глаза, произносим «Я стал новым человеком! Я стал молодым и сильным, спокойным и стабильным! Я все буду делать хорошо!»

**Слайд 14.**

Закончить семинар мне хотелось бы словами Сухомлинского В.А., он писал: *«Физическая культура должна обеспечить осознанное отношение детей к собственному организму, выработать умение щадить здоровье, укреплять его правильным режимом труда. Отдыха, питания, гимнастикой и спортом. Закаливать физические и нервные силы, предупреждать заболевание…»*

**Слайд 15.** Спасибо за внимание.