

Муниципальное казенное дошкольное образовательное
учреждение – детский сад №2 «Золотой ключик»
Барабинского района Новосибирской области

**Тема: «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе
ДООУ в условиях ФГОС»**

Выполнила:
Воспитатель - Конева Алия Фаритовна

г. Барабинск, 2018г.

Цель: обеспечение тесного сотрудничества и единых требований детского сада и семьи в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей.

Задачи:

- познакомить родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в детском саду;
- определить наиболее эффективные методы и приёмы укрепления здоровья детей;
- способствовать осознанному пониманию родителями ответственности за формирование у детей ценностного отношения к своему здоровью.

Мастер – класс «Город здоровья»

Здравствуйте, уважаемые коллеги!

- Крикните громко и хором, друзья,
Помочь мне откажетесь? (Нет или Да)
Деток вы любите? (Да или нет?)
Пришли вы на мастер-класс,
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)
Ещё об одном спрошу вас тогда
Активными все будете? (Нет или Да)

Итак, с прекрасным настроением и позитивными эмоциями мы начинаем мастер-класс. Я приглашаю вас в «Город здоровья».

Всем в дорогу нам пора,
Впереди ждут чудеса!
Прими участие скорей,
Да зови своих друзей.
Путешествие мы начинаем,
Всем здоровья пожелаем.
Всех ждет
Ритмика + пластика,
Да ещё гимнастика,
Да ещё массаж

Вот так чудо ералаш!

1,2,3 все за мной скорей иди!

- Встанем в круг! Настроимся на работу! Потрите ладони, почувствуйте тепло!



Представьте, что между ладонями маленький шарик, покатаем его! А теперь поделимся теплом друг с другом: протяните ладони соседям! У нас получилась «цепочка дружбы»! Улыбнемся, пожелаем друг другу удачи! Уважаемые коллеги! Вам выпала уникальная возможность побывать среди учебного года в курортном городке «Городе здоровья». Все согласны?

Тогда предлагаю Вам оставить на время городскую суету, все проблемы, волнения и накопившиеся дела.

(Музыка, Картинка) Представьте себя на берегу моря с прозрачной, ласковой, светящейся от солнца водой.

Представьте свою голову расписным кувшином с ручками **(показ)**.



Представили? Наклоняем расписной кувшинчик вниз к морю и выливаем из него грязную воду, боль, обиду, злобу! И заполняем его чистой, прозрачной, светлой водой, наш кувшин наполнился прозрачной водой, а голову покинули неприятные ощущения!

Итак, пора бы заняться курортными новостями, чтобы их не пропустить, предлагаю помассировать ушки.

Массаж ушей

Чтоб ушами лучше слышать, (показ)

Разомнём их поскорей («пробегаем» пальцами по ушам)

Вот сгибаем, опускаем (вперёд, назад)

И опять всё повторяем, (повтор)

Козелок мы разомнём (разминаем)

По уху пальчиком ведём (круговые движения пальцами по ушам)

И ладошкой прижимаем (прижали)

Сильно, сильно растираем (растираем)



Ушки приготовили, а стрелять глазками не разучились? Сейчас проверим!

Зарядка для глаз

- «Стрельба глазами» (Водим глазами вправо, влево).
- «Мотылёк» (Глаза закрываем, открываем).
- «Заборчик» (Глаза вверх, вниз).
- «Совёнок» (Вращаем глазами по часовой стрелке, «рисую в пространстве» максимально большой круг. Вращаем глазами против часовой стрелки).

Уважаемые отдыхающие, хватит глазками стрелять, пора осанку проверять.

Проверим свою осанку

Сделаем разминку.

Держим ровно спинку.

Голову назад, вперёд,

Вправо, влево поворот.

Руки вверх поднять прямые,

Вот высокие какие.

А теперь танцует таз,

Посмотрите — ка на нас!

Этим славным упражненьем

Поднимаем настроенье!

Дальше будем приседать:

Дружно сесть

И дружно встать.

Прыгать нам совсем не лень,
Словно мячик целый день!



Здорово играли, но ещё **с мышц лица напряжение не сняли.**

Предлагаю вам от усталости,

От морщинок и от вялости

Не хитрые движения

Мимические — упражнения

Сегодня нам на обед подавали сочный арбуз — покажите, какой он был сладкий.

А затем подавали сладкое яблоко — **показ**

И на последок нам дали кислый лимон.

Подходит к концу наше с вами пребывание и оздоровление в «Городе Здоровья».

Сколько интересного, необычного мы узнали, похорошели, загорели!

(Картинка) Посмотрите, как ярко светит солнышко. Предлагаю подставить ладошки к солнышку и поймать его золотистый лучик, чтобы согрелись наши сердца, наши души наполнились теплом жизни.



А вы знаете, что солнышко есть в каждом из нас – это наши улыбки, хорошее настроение. Это радость и тепло, которое мы дарим друг другу.

Так пусть же улыбки никогда не сходят с Ваших лиц и согревают всех как маленькие солнышки (раздаем «солнышки»).

Все советы выполняя,

Ничего не забывая,

Будьте достойными

Статными и стройными!

Возвращаться нам пора, заждались нас всех дела!

