

Деловая игра с педагогами «Знатоки здоровьесберегающих технологий»

Подготовила старший воспитатель высшей квалификационной категории Грись Т.М., МДОУ
«Детский сад № 5 «Радуга»

Задачи:

1. Анализ созданных условий в детском саду.
2. Изучение современных технологий здоровьесбережения и внедрение современных инноваций в области физического развития детей.
2. Выработка алгоритма деятельности
3. Проектирование модели целостной системы здоровьесберегающих технологий.

Ход педагогического совета:

1. Выступление старшего воспитателя.

"Здоровье дороже богатства" – утверждал французский писатель Этьен Рей, который жил в конце 19 века. Точно также утверждают и многие из нас. О здоровье говорят, о здоровье спорят, здоровья желают. С самого раннего детства каждый из нас осознаёт важность разумного отношения к своему здоровью... А как относитесь к своему здоровью вы, уважаемые коллеги? Продолжите, пожалуйста, фразу: "Путь к здоровью – это..." (*блиц опрос педагогов*)



Мы уточнили, что путь к здоровью - это и правильное питание, систематическая двигательная активность, отсутствие стрессовых ситуаций и ещё многое другое. Но самое главное то, что зависит, прежде всего, от нас самих.

По общепринятым представлениям структура здоровья человека обеспечивается здравоохранением лишь на 10-12 %, наследственности принадлежит 18 %, условиям среды – 20 %, а самый большой вклад – 50-52 % - это образ жизни. И этот так называемый «контрольный пакет акций» - вот эти самые 50-52 % - в наших руках. О том, как грамотно распорядиться этим «контрольным пакетом акций» в условиях дошкольного учреждения пойдёт речь на нашей деловой игре.

В нашем дошкольных учреждениях сложился системный подход к организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Однако любая система не прослужит достаточно долго и эффективно, если не будет совершенствоваться, обновляться. Оснований для модернизации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ достаточно много. Одно из главных – рост заболеваемости детей. Однако переломить эту негативную тенденцию возможно.

Один из путей – обеспечить оздоровительную направленность образовательного процесса в детском саду. Попробуем разобраться, что для этого необходимо?

2.Ход деловой игры

Старший воспитатель. Сегодня в нашем зале присутствует две команды знатоков здоровьесберегающих технологий. Команды, представьте, пожалуйста, своих капитанов, скажите название команды и девиз.

За правильные ответы каждой команде будет выдаваться овощ или фрукт, в конце игры условные фишки будут подсчитаны и объявлена команда-победитель.

Итак, начинаем нашу игру.

Конкурс № 1

Представим здоровье ребёнка в виде чудесной планеты, которую мы должны беречь, охранять от всех напастей и невзгод (*Выставляется модель*).



Для начала нам нужно выяснить, что же такое здоровье?

Упражнение «Ассоциации»: Какие ассоциации возникают у вас, когда вы думаете о здоровье ребёнка? *Педагоги озвучивают ассоциации, ведущий игры записывает на полосках и выставляет вокруг модели «Здоровье ребёнка». После того, как ассоциации названы, подводится итог, обобщающий ответы.*

Наиболее всеобъемлющей и общепринятой является формулировка, разработанная Всемирной организацией здравоохранения: «Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия».

Основное внимание мы уделим физическому здоровью ребёнка. Чтобы выстроить действенную систему физкультурно-оздоровительной работы нужно знать, что для жизни и здоровья человека, и ребёнка в частности, является самым главным. Попробуйте определить, на каких «трёх китах» держится жизнь и здоровье ребёнка? (*выставляется модель «ТРИ кита»*)



Для того чтобы обеспечить ребёнку крепкое здоровье, разумеется, важно многое: и здоровый образ жизни, и правильное, полноценное питание, и состояние опорно-двигательного аппарата и т.д. Однако, как утверждают в своих исследованиях Вера Григорьевна Алямовская, Юрий Фёдорович Змановский главные «киты», на которых держится жизнь и здоровье человека, это состояние сердечно - сосудистой, дыхательной и иммунной систем организма (на моделях «китов» прикрепляются опознавательные значки, обозначающие: «сердечко» - сердечно-сосудистую систему, «облачко» - дыхательную систему, «цветочек» - иммунная система).



Старший воспитатель. Посудите сами, без пищи человек сможет прожить какое-то время, имея нарушения в опорно-двигательном аппарате, возможно, будет прикован к инвалидному креслу, но всё-таки он будет жить. А если нарушится деятельность сердца или лёгкие перестанут усваивать кислород, а самый простейший вирус, попав в организм, не встретит там преграды в виде иммунной системы, я думаю не нужно быть медиком, чтобы сделать вывод к чему это приведёт. Поэтому так важны эти самые «КИТЫ», поддерживающие здоровье ребёнка.

Основным же средством развития сердечно-сосудистой, дыхательной и иммунной системы являются движения. Может показаться, что всё это для нас не ново. Но вот знаем ли мы, каким движениям следует отдавать предпочтение

именно в дошкольном возрасте, какие условия должны быть соблюдены в первую очередь, чтобы обеспечить им оздоровительную направленность?

Развитие сердечно - сосудистой системы совершенствуют так называемые циклические движения, при которых повторяется одно и то же действие, позволяющее чередовать расслабление и напряжение мышц. Назовите их, пожалуйста? (*ходьба, бег, плавание, езда на велосипеде, прыжки и т.д.*).

Какой из перечисленных видов движений наиболее благоприятно сказывается на работе сердечно - сосудистой системы ребёнка? (бег) Древнегреческие мудрецы говорили: «Хочешь быть здоровым – бегай! Хочешь быть красивым – бегай! Хочешь быть умным – бегай!» (*поговорка выставляется под первым «китом»*).

Бег – естественное движение, привычное для детей с раннего возраста. Задача воспитателя разнообразить задания по бегу, для того, чтобы у детей не снижался интерес к этому виду движений.

Назовите виды бега, используемые при работе с дошкольниками. *Педагоги называют: бег в одиночку (обычный, на носках, широким шагом, с высоким подниманием колен и др.), бег в различных построениях (в колонне по одному, по два, враспынную), в разных направлениях (вперед, по кругу, змейкой и др.), с изменением темпа, (с ускорением, на скорость), с дополнительными заданиями и т.д.* Именно циклические виды движений (бег, ходьба, прыжки) наиболее естественны для ребёнка дошкольника. Поэтому первое утверждение, на которое должна ориентироваться система физического воспитания в детском саду звучит так: ***при проведении физкультурного занятия в детском саду две трети движений, составляющих его структуру, должны быть циклического характера.***

Каждой из команд предлагается задание:

1. Показать комплекс упражнений для профилактики сколиоза.
2. Показать комплекс упражнений для профилактики плоскостопия.
3. Показать комплекс упражнений для профилактики нарушения зрения.

Конкурс № 2

Старший воспитатель. Развитие дыхательной системы, сущность деятельности которой заключается в усвоении организмом кислорода из воздуха, также напрямую связано с движением. Как показали исследования, способность организма усваивать кислород из воздуха повышается при регулярных физических упражнениях, но...только на свежем воздухе! Напомните мне, пожалуйста, какова ежедневная продолжительность прогулки детей дошкольного возраста? (*ответы педагогов*) Поэтому под вторым «китом» мы поместим фразу: «Прогулка ребёнка-дошкольника должна составлять 4 – 4,5 часов в день».

Прогулка в детском саду должна быть интересной, увлекательной, насыщенной разнообразной двигательной активностью. Назовите виды двигательной активности детей на прогулке.

Педагоги озвучивают виды активности, ведущий педсовет записывает их и закрепляет под фразой (подвижные игры, спортивные игры и упражнения, индивидуальная работа над ОВД, самостоятельная двигательная активность и т.д.).

Из всего сказанного вытекает второе утверждение, позволяющее обеспечить оздоровительную направленность физическому развитию в детском саду: **повышение резервов дыхательной системы ребёнка происходит за счёт регулярной двигательной активности на свежем воздухе.**

Каждой из команд предлагается задание:

1. Показать комплекс дыхательной гимнастики.
2. Показать точечный массаж.
3. Показать комплекс гимнастики после сна.

Конкурс № 3

Старший воспитатель. А сейчас поговорим о третьем «ките», на котором держится здоровье, - об иммунной системе. Система иммунобиологической защиты достаточно сложная, но и она связана с движением. Это движения особого рода. Они происходят благодаря деятельности терморегуляционного аппарата. При смене температуры внешней среды кровь от внутренних органов то приливает кожным покровам, то вновь поступает к внутренним органам. Это движение внутри организма, движение на клеточном уровне. Как показали исследования, с включением терморегуляционного аппарата автоматически включает систему иммунной защиты. Закаливающее воздействие на организм ребёнка оказывают природные факторы. Назовите их, пожалуйста! (*Ответы педагогов*) Правильно, не зря говорят: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»

Старший воспитатель. В каждом дошкольном учреждении используются разнообразные здоровьесберегающие технологии, составлен свой комплекс закаливающих мероприятий, универсальных, эффективных и доступных для детей дошкольного возраста. Однако при их проведении всегда нужно соблюдать определённые правила. Давайте озвучим правила, регулирующие проведение закаливающих мероприятий.

Педагоги называют: постепенность, учёт состояния здоровья и индивидуальных особенностей ребёнка, системность, эмоциональная и физическая привлекательность для ребёнка.

Из всего сказанного можно сделать ещё один вывод: **органичное сочетание всех здоровьесберегающих технологий в ДОУ способствует совершенствованию системы иммунной защиты ребёнка.**

Каждой из команд предлагается задание:

1. Дать определение понятию «здоровьесберегающие технологии», озвучить её цель.
2. Перечислить виды здоровьесберегающих технологий, используемых в ДОУ.
3. Дать понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду», сформулировать цель данной технологии.

Старший воспитатель. Уважаемые педагоги, мы с вами определили три утверждения, на которых в первую очередь должна ориентироваться система физического воспитания в детском саду:

1. При проведении физкультурного занятия в детском саду две трети движений, составляющих его структуру, должны быть циклического характера.
2. Повышение резервов дыхательной системы ребёнка происходит за счёт регулярной двигательной активности на свежем воздухе.
3. Органичное сочетание всех здоровьесберегающих технологий в ДОУ способствует совершенствованию системы иммунной защиты ребёнка.

Старший воспитатель. Как вы думаете, этого будет достаточно для того, чтобы сделать систему физвоспитания в детском саду действительно оздоровительной для наших детей? На что ещё мы должны обратить внимание? (ответы педагогов) Врач Николай Михайлович Амосов говорил, что «нельзя обрести здоровье, сделав 10-12 упражнений, или пройти пешком километр за 20 минут». Суть оздоровительных физических упражнений заключается в системном наращивании резервных мощностей организма. Отсюда и четвёртое утверждение: *регулярность физических нагрузок способствует нарастанию резервных мощностей организма ребёнка.*

3. Подведение итогов деловой игры.

Список литературы:

1. Елжова Н.В. «Педсоветы, семинары, методические объединения в ДОУ». - Ростов-на-Дону: Еникс, 2008 г.
2. Змановский Ю.Ф., Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н., Саулина Т.Ф. «Здоровый дошкольник: социально-оздоровительная технология XXI века». – Москва: АРКТИ, 2001