

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение детский сад  
№ 26 «Василек» станицы Советской муниципального образования  
Новокубанский район

**ПЕДСОВЕТ № 2**  
**«Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»**

Подготовила:  
старший воспитатель  
Г.Н. Ештокина

станция Советская  
2020 год

## **Педсовет - педагогический марафон «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»**

### **Цель:**

Систематизация знаний педагогов об оздоровлении детей дошкольного возраста, пропаганда здорового образа жизни среди сотрудников ДОУ.

### **Задачи:**

1. Систематизировать физкультурно-оздоровительную работу, установить взаимодействие специалистов и воспитателей ДОУ.
2. Расширить знания педагогов с учетом современных требований и социальных изменений по формированию основ физического воспитания и здорового образа жизни.
3. Поиск эффективных форм, использование инновационных подходов и новых технологий при организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.
4. Развить творческий потенциал педагогов.

### **Повестка дня.**

#### Теоритическая часть

1. Мотивация
2. Блиц-опрос «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ».
3. Анализ анкетирования родителей «Здоровьесбережение в семье и детском саду» - старший воспитатель Г.Н. Ештокина
4. Результаты тематического контроля «Эффективность работы в детском саду по сохранению и укреплению здоровья воспитанников» и итоги конкурса на лучший физкультурный уголок в группе - старший воспитатель Г.Н. Ештокина
5. «Анализ реализации педагогами здоровьесберегающих технологий, инновационных подходов оздоровительной работе» (презентации)

#### Практическая часть

1. «Педагогический практикум»
2. Рефлексия
3. Проект решения педагогического совета

### **Ход педсовета**

#### **1. Мотивация**

*Педагоги находятся в центре зала хаотично.*

Здравствуйтесь, уважаемые коллеги!

Крикните громко и хором, друзья,

Помочь откажетесь мне? (*Нет или да*)

Деток Вы любите? Да или нет?

Пришли Вы на **педсовет**,

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 Вас я:

Активными все будете *(Нет или да)*

Давайте мы все встанем в большой круг и поприветствуем друг друга.

### **Игра – приветствие «Цветные ладони»**

**Цель:** Установить контакт между педагогами, сформировать у них эмоционально - положительный настрой.

Участники хаотично двигаются. Ведущий держит три “ладони”, вырезанные из цветного картона синего, красного и желтого цвета. Варианты сигналов: красная “ладонь”, надо пожать руку, синяя “ладонь” – погладить по плечу, желтая “ладонь” – поздороваться “спинками”. Молодцы, сегодня мы с вами не только хорошо поработаем, но и поиграем, ведь человек не может находиться в постоянном напряжении и движении – он устанет, поэтому расслабление и отдых просто необходимы, чтобы набраться сил, чтобы настроение было хорошее, а здоровье – крепкое.

А перед тем как нам начать нашу работу, я попрошу Вас оценить собственное эмоциональное состояние при помощи тест – бабочек. Возьмите ту бабочку, цвет которой Вам наиболее импонирует и поднимите её так, чтобы её было хорошо видно. А теперь попробуем оценить состояние всей группы. Цвет, каких бабочек преобладает? (ответы).

А сейчас свою бабочку, посадите, пожалуйста, на свою ладонь. А я расскажу вам одну легенду. Пусть эта легенда вам знакома, но я думаю вспомнить её нужно.

**Жил мудрец на свете, который знал всё. Но один человек захотел доказать обратное. Зажав в ладонях бабочку, он спросил: “Скажи, мудрец, какая бабочка у меня в руках: мёртвая или живая?” А сам думает: “Скажет живая – я ее умерщвлю, скажет мёртвая – выпущу”.**

**Мудрец, подумав, ответил:**

- как вы считаете, что ответил мудрец? “Всё в твоих руках”. Важно, чтобы в наших руках ребенок чувствовал себя любимым, красивым, нужным, успешным, а главное – здоровым.

Сегодня наш педсовет пройдёт в форме «педагогического марафона». Что такое «Марафон»? (ответы участников)

- Марафóн (греч. Μαραθών [Marathón]) — дисциплина лёгкой атлетики, представляющая собой забег на дистанцию 42 километра 195 метров.

В нашем марафоне будет участвовать две команды, чтобы определить их состав, мы поиграем в игру, которая называется «Игра животных»

*(Описание игры: Напишите на отдельных листочках столько названий видов животных, сколько вам необходимо подгрупп. Перемешайте карточки и*

*раздайте участникам, затем попросите их, издавая характерные звуки того или иного животного, найти остальных членов своей подгруппы).*

**Цель игры:** в игровой форме разделить большую группу на несколько подгрупп, вовлекает участников в активную деятельность.

Итак, начинаем пробег знаний по тропе нашего марафона. Прежде чем приступить к выполнению заданий, проверим насколько ваша команда сплочённая.

**2. Блиц-опрос для педагогов:** *(на столах у команд лежат карточки с вопросами. Команды по очереди поднимают карточку и отвечают на задание, написанное на ней)*

1. Что такое здоровье?

*По определению Всемирной организации здравоохранения: здоровье – это состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не только отсутствие болезни.*

2. Как называется наука, занимающаяся изучением ЗОЖ? *(валеология)*

3. Как вы понимаете, что такое здоровьесберегающие технологии?

*(Нетрадиционная методика оздоровления дошкольников, формирование у детей осмысленного отношения к здоровью через создание психолого-педагогических условий развития двигательной сферы).*

4. Назовите виды здоровьесберегающих технологий.

*- физическое развитие и оздоровление детей (закаливание, двигательный режим, упражнения, способствующие формированию осанки, плоскостопия, развитие органов дыхания);*

*- лечебно-профилактическая работа (лечебный массаж, физиотерапия и т. д.)*

*- обеспечение психологического благополучия (музыкотерапия, сказка-терапия, коррекционно-развивающая работа).*

5. Назовите принципы закаливания – три П. *(Постоянно, последовательно, постепенно.)*

6. Назовите малые формы активного отдыха детей *(физминутки, минутки здоровья, массаж, пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, релаксация и т. д.)*

7. Назовите формы двигательной активности дошкольников в течение дня.

*(физкультурные занятия, оздоровительный бег, гимнастика, прогулки с включением подвижных игр, гимнастика пробуждения)*

8. Назовите компоненты ЗОЖ *(рациональный режим, систематические физкультурные занятия, закаливание, правильное питание, благоприятная психологическая обстановка в ДОУ и семье)*

9. Что такое музыкотерапия? Когда она используется? *(утром, в момент приема детей, утренняя гимнастика, побудка, в отдельных моментах занятия: в начале – для организации детей, в конце – для снятия усталости)*

10. Назовите мероприятия, способствующие оздоровлению детей.

(«День Нептуна», спортивные досуги, праздники, игры-забавы, двигательльно-игровой час, «Дни здоровья» и т. д.)

11. Какая поговорка учит нас правильному режиму питания? (*Завтрак съешь сам, обед раздели с другом, а ужин отдай врагу.*)

12. Сколько часов в сутки должен спать человек? (*Взрослый – 8 часов, подросток – 9-10, ребёнок – 10-12 часов.*)

**3. Анализ анкетирования родителей «Здоровьесбережение в семье и детском саду» - старший воспитатель Г.Н. Ештокина**

#### **«Заморочки из бочки»**

Участники игры достают бочонки с номерами и отвечают на вопросы

1. Что необходимо провести в середине занятия? (*физкультминутку*)

2. Сколько раз в неделю проводят физкультурные занятия с детьми 3-7 лет? (*2-3 раза в неделю*)

3. Какая продолжительность занятия в старшей группе? (*25 минут*)

4. Сколько минут составляет перерыв между занятиями? (*не менее 10 минут*)

5. Сколько длится сон для детей 1, 5 – 3 лет? (*не менее 3 часов*)

6. Какая продолжительность занятия в средней группе? (*20 минут*)

7. Назовите основные виды движения (*ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье*)

8. От чего зависит здоровье детей? (*организация оптимального двигательного режима; прогулка; проветривание; профилактика простуды; безопасно организованная среда; соблюдение режима дня*)

**4. Результаты тематического контроля «Эффективность работы в детском саду по сохранению и укреплению здоровья воспитанников» и итоги конкурса на лучший физкультурный уголок в группе - старший воспитатель Г.Н. Ештокина (награждение победителей)**

**Роловой тренинг невербальных средств общения «Угадай, кто это?»**

Участники команды получают карточку с именем сказочного героя. Необходимо мимикой и жестами объяснить другой команде, что это за герой.

Изображаемый персонаж:

Царевна - Несмеяна

Баба Яга

Царевна - лягушка

Кащей Бессмертный

Джигит

Иван дурак

**5. «Анализ реализации педагогами здоровьесберегающих технологий, инновационных подходов оздоровительной работе» (презентации) (основные педагоги).** После каждой презентации игровой момент.

#### **«Прочитай и поясни» (после первой)**

На столах лежат карточки с высказываниями мудрых людей, живущих в разное время, но согласных в одном мнении. Я предлагаю их вам прочитать и выразить

своё мнение о том, что на них написано. Сказать, согласны вы с этим афоризмом или нет. И почему? Как вы понимаете этот афоризм?

Высказывания мудрых людей, живущих в разное время:

\* *"Надо непременно встряхивать себя физически, чтобы быть здоровым нравственно". Л.Н. Толстой*

\* *"Еще не ясно, в здоровом ли теле здоровый дух, или наоборот - высокий дух порождает здоровье". Ф.А. Абрамов.*

\* *"Здоровье до того тревожит все остальные блага жизни, что поистине, здоровый нищий счастливее больного короля". А. Шопенгауэр.*

\* *"Нельзя лечить тело, не лечя душу". Сократ.*

#### **Игра «Кольцеброс» (После второй)**

Вам предлагается разновидность игры «Кольцеброс» - развивает глазомер, ловкость; воспитывает дорборожелательность.

*На опушке ёж гулял,  
Все колечки растерял.  
На опушку мы пойдём  
Ежу колечки соберём.*

#### **«Весёлая степаэробика» (после третьей)**

Для вас мы подготовили «Веселую степаэробика» - учит двигаться под музыку; **развивает** двигательную активность, чувство ритма, координацию движений; воспитывает интерес к танцам.

Раз, два, три, четыре, пять!

Начинаем танцевать.

Степы в руки мы возьмем,

Танец весело начнем.

Участники одевают перчатки с пришитыми к ним лентами и под музыку повторяют движения танца.

#### **Игра «Кто быстрее?» (после четвертой) игра со стульями**

Следующим участникам предлагается аналог игры «Кто быстрее?» - **развивать быстроту реакции**, ловкость, слуховое внимание. Участники идут по кругу под музыку, как только закончится музыка необходимо занять стул.

#### **Рефлексия**

В этот осенний день наш коллектив хочет подарить Вам наши **нетрадиционные цветы здоровья**, которые помогут Вам в борьбе с микробами.

*Участникам дарят цвет из киндер-сюрпризов, наполненные внутри которых лежит чеснок.*

**ВЫВОД:** «Чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении». /З.И.Береснева/. Поэтому в ДОУ необходим поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик в физкультурно – оздоровительной работе.

## **Проект решения педсовета.**

1. Регулярно применять в своей работе технологии ЗОЖ: различные виды гимнастики, подвижные и спортивные игры, закаливание, оздоравливающие мероприятия, музыкальное сопровождение в образовательном процессе.

Ответственные: воспитатели. Срок: постоянно

2. Пополнить уголки физического развития нетрадиционным спортивным оборудованием, изготовить и обновить массажные коврики и дорожки для закаливания. Ответственные: воспитатели. Срок: Декабрь, 2020

3. Регулярно информировать родителей по вопросам здоровьесбережения (стенды, папки - раскладушки, плакаты и т. д., раз в квартал проводить групповые мероприятия оздоровительного характера с участием родителей (внести в перспективный план как события и традиции группы). Срок: постоянно.

Ответственные: воспитатели, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель

4. Составить картотеку релаксационных игр и упражнений по психогимнастике.

Срок: декабрь, 2020. Ответственные: воспитатели