***Круглый стол «Движение – основа здоровья детей»***

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

**План проведения:**

1. Здоровьесберегающие образовательные технологии в ДОУ- презентация воспитателя Горбенко Ю.В.

2. Деловая игра «Двигательная активность детей в ДОУ».

3. «Использование здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях» доклад музыкального руководителя Петренко Г.В.

4. Психотехническое упражнение «Внутренний луч» - педагог-психолог Кущ Е.И.

**Ход проведения:**

*1. Организационная 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

Уважаемые коллеги! Все мы знаем, что невнимание к ребенку, неуважение его личности лишают возможностей самореализации в будущем. Здоровье – это основание жизненной целостности организма, а болезнь источник ее распада. Здоровый ребенок – эталон и практически достижимая норма детского развития. Здоровый ребенок должен рассматриваться как целостный телесно-духовный организм. Его оздоровление — это не совокупность лечебно - профилактических мероприятий, а форма развития. Расширения психофизиологических возможностей детского организма. Именно поэтому здоровье детей и основанная в нем жизненная целостность организма должны стать точкой приложения усилий педагогов. 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.

*2. Основная часть.*

Об использовании здоровьесберегающих образовательных технологий в ДОУ расскажет воспитателя Горбенко Ю.В. с представлением мультимедийной презентации.

В форме деловой игры «Двигательная активность детей в ДОУ» предлагаю нашу дальнейшее обсуждение данной темы. Для этого я предлагаю разделиться на две команды и занять места за столами. Приветствуется творчество, фантазия, смекалка команды.

***Задание*«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 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: (ОД 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.

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

***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.

Очень весело прошли наши задания в деловой двигательной игре, и об использовании здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях познакомит Вас музыкальный руководитель Петренко Г.В.

*3. 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!»

Закончить наш круглый стол 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…»*

Спасибо за внимание.