**Мастер-класс для педагогов «Здоровьесберегающие технологий в ДОУ»**

  подготовила

Воспитатель: Кириллова Т.И.

МДОУ Тисульский д/сад№4 СП Тамбарскийд/сад

**Мастер класс «Чудо дерево»**

**Цель:** применение здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе.

**Задачи:**

1. Познакомить педагогов с элементами здоровьесберегающих технологий с целью повышения их профессиональной компетентности.

2. Способствовать развитию педагогического мышления, создать благоприятную атмосферу для творческой работы всех участников игры.

**Ход мастер-класса**

**1-часть вступительная**

Приглашаем поиграть

И проблемы порешать.

Что-то вспомнить, повторить,

Что не знаем, подучить.

Здравствуйте уважаемые коллеги! Я рада видеть вас! И с прекрасным настроением с позитивными эмоциями мы начинаем мастер-класс. А название его «Чудо-дерево».

**2-часть основная**

Прошу обратить ваше внимание на это необыкновенное дерево. Что мы видим?

(ответы коллег). Как можно его ассоциировать со здоровьем?

Я попрошу вас уважаемые коллеги помочь. Выйти ко мне 6человек. И так вам необходимо снять с дерева любой один « плод». С вашего позволения я сорву **яблоко**. А теперь покажите кому, какой плод с «чудо-дерева» достался и ответьте:

«Какой вид оздоровления он отражает»

1) подушечка с травой – фитотерапия

2) диск – музыкотерапия

3) апельсин – ароматерапия

4) пёрышко на нитке - игры на дыхание

5) перчатка – пальчиковая гимнастика

6) цветок – цветотерапия.

Вам необходимо показать на деле что представляет каждый вид оздоровления.

Для этого все необходимое лежит на столе. Каждый участник готовит свою презентацию данного вида оздоровления. Например: участник под номером **1.** Готовит травяной чай.

**2.**В нескольких словах расскажет о музыкотерапии, её значимости предложит послушать небольшой отрывок музыкального произведения.

**3.**Приготовит ароматы.

**4.**Подготовит всё необходимое для игры на дыхание.

**5.**Проводит пальчиковую игру.

**6.**Мастерит цветик - шестицветик.( заранее приготовленные заготовки для цветка) Каждый лепесток отражает цвет:

Красный обеспечивает здоровье, физическую силу, выносливость, устойчивость, уверенность в себе повышает внутреннюю энергию, способствует активизации кроветворения, нормализации кровообращения и обмена веществ.

Оранжевый повышает уровень нейроэндокринной регуляции, помогает победить усталость, хандру, депрессию, неуверенность, тревогу и страх.

Желтый как символ солнца, снимает напряжения и даёт надежду.

Зеленый способствует ритмичной работе сердца, отдыху глаз, оказывает умеренное противовоспалительное и противоаллергическое действие. К тому же он помогает при кашле. Успокаивает, благоприятно влияет на работу щитовидной железы.

Синий помогает при бессоннице, снимает страхи, вызывает ощущение комфорта и покоя, снимает напряжение, снижает артериальное давление, успокаивает дыхание.

Фиолетовый действует мягко, стимулируюет. Дает силу при энергетическом истощении, не дает места депрессии, пессимизму и бессилию.

Пока наши участники готовятся, хочу обратить ваше внимание уважаемые коллеги, на яблоко которое я сняла. Оно красивое, оно гладкое, если его бросить оно быстро покатиться. Вот это яблоко отражает наше здоровье. Вдумайтесь хорошо, если мы здоровы наше тело красивое, кожа гладкая, ноги и руки хорошо подвижны. У меня к вам вопрос **(Что такое здоровье?)**

Ваши ответы, уважаемые коллеги. Благодарю.

Важно понимать, что **Здоровье**- это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

Сегодня в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям.

**Здоровьесберегающая технология**- это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Здоровье, как предмет здоровьесберегающих технологий, предусматривает:

**Отвечают педагоги:**

Здоровье физическое.

Здоровье психическое.

Здоровье социальное.

Здоровье нравственное.

Благодаря использованию здоровьесберегающих технологий у детей происходит:

**Педагоги:**1 Улучшение памяти, внимания, мышления;

     2. Повышение способности к произвольному контролю;

     3.Улучшение общего эмоционального состояния;

     4. Повышается работоспособность, уверенность в себе;

     5.Стимулируются двигательные функции;

     6. Снижает утомляемость;

     7 .Развивается дыхательный и артикуляционный аппарат;

     8. Стимулируется речевая функция.

Здоровьесберегающие педагогические технологии применяются в различных видах деятельности.

Пока мы с вами философствовали, наши участники уже подготовились, и я предоставляю им слово. Участницы презентуют виды оздоровления.

Благодарю участниц.

**3-часть заключительная**

В завершении мастер – класса хотелось бы вернуться к его названию «Чудо-дерево» каждый плод, который породило это дерево, несёт нам энергию, силу, красоту, уверенность в себе. Всё это входит в понятие- **здоровье**, которое так важно для каждого человека!

А мне остаётся только поблагодарить Вас за внимание и за работу. Я желаю здоровье Вам и Вашим воспитанникам. Будьте всегда здоровы! Спасибо за внимание!

**Примечание:** Необходимый материал для проведения мастер - класса я привезу с собой. Нужны будут 2 стола и для участниц - 6 стульчиков.