

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребенка – детский сад №19 «Гномик»**

Выступление на августовской конференции.

Мастер-класс

«Здоровьесберегающие технологии в ДОУ».

**Воспитатель I квалификационной категории
Воротынцева Н.А.
август, 2015 год**

Цель: применение здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе.

Задачи: познакомить педагогов с разнообразными технологиями, которые оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Одной из форм оздоровительной работы является – **пальчиковая гимнастика**. Я вам предлагаю разделиться на команды.
(У каждой команды лист с текстом пальчиковой гимнастики. Командам нужно придумать движения и продемонстрировать гимнастику в соответствии с текстом).

**Сбил, сколотил –
вот колесо.
Сел да поехал.
Ах, хорошо!
Оглянулся назад –
одни спицы лежат.**

**Жил-был зайчик длинные ушки.
Отморозил зайчик носик на опушке.
Отморозил носик, отморозил хвостик
И поехал греться к ребятишкам в гости.
Там тепло и тихо, волка нет,
И дают морковку на обед.**

Следующий метод, который я вам представлю - **Су - Джок терапия**.

Су - Джок терапия– это последнее достижение восточной медицины. В переводе с корейского языка Су – кисть, Джок – стопа. Су Джок –терапия оказывает воздействие на биоэнергетические точки с целью активизации защитных функций организма и направлена на воздействие зон коры головного мозга с целью профилактики речевых нарушений.

Массаж пальцев рук с мячом.

**Я мячом круги катаю,
Взад - вперед его гоняю.
Им поглажу я ладошку.
Будто я сметаю крошку,
И сожму его немножко,
Как сжимает лапу кошка,
Каждым пальцем мяч прижму,
И другой рукой начну.**

Песочная терапия – это один из методов лечения искусством.

Ученые считают, что игры с песком снимают детскую раздражительность, агрессивность, плаксивость и при этом бурно развивают фантазию, позитивно

влияют на эмоциональное состояние детей и взрослых и являются прекрасным средством для развития и саморазвития.

Приглашает желающих.

Педагог: Спасибо, что вы приняли мое приглашение. Здравствуйте! Я очень рада видеть вас. Вы любите путешествовать? Тогда мы сегодня отправимся в волшебную страну. Она необычная, Песочная. Но чтобы попасть в нее нужно произнести волшебные слова и совершить специальный, волшебный ритуал.

Ритуал «входа» в Песочную страну.

Звучит музыка.

Педагог: Нам нужно встать вокруг песочницы и взяться за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вверх и произнесите вместе со мной волшебные слова:

**Куда мы с вами попадём
Узнаете вы скоро.
В стране далёкой мы найдём
Помощников весёлых.**

Педагог снимает ткань с песочного листа.

Педагог: Мы начинаем с вами путь по волшебной Песочной стране. Здесь пока еще ничего нет, но скоро вы станете настоящими творцами и добрыми волшебниками.

На ровной поверхности песка делают отпечатки кистей рук: внутренней, а затем внешней стороной. Важно задержать руку на песке, слегка вдавив ее, и прислушаться к своим ощущениям.

Педагог: Положите правую руку на песок, и потрогайте его! Мне приятно, а вам? Когда я двигаю рукой, я ощущаю маленькие песчинки. А что чувствуете вы?

Педагог: Давайте уберем руку и посмотрим, что осталось?
На что может быть похож отпечаток ладошки?

Педагог дорисовывает бабочку.

Педагог: Вдруг откуда ни возьмись, налетел ветерок, и бабочка улетела... (разравнивают песок ладошкой).

Педагог: И оказались мы с вами в густом лесу (рисуют лес, деревья большие и маленькие – левой и правой рукой поочередно). Вот и дорожка, а по дорожке катится круглый, румяный... (колобок) .

Рисуют колобка кулачком.

Катится колобок, катится... и вдруг, навстречу ему... (зайчик).

Педагог: Встретились колобок с зайчиком, только мы их и видели...

Ритуал «выхода» из Песочной страны.

Педагог: Устали пальчики гулять по лесу, нам пора домой. Встаньте вокруг песочницы и возьмитесь за руки. Вытяните руки над песочницей ладонями вверх и произнесите вместе со мной: **Раз, два, три, четыре, пять снова дома мы опять!**

Педагог: До следующей встречи в Песочной стране!

Звучит спокойная музыка .

Обращение ко всем участникам конференции.

Давайте найдём своё сердце, прижмём обе руки к груди, и прислушаемся, как оно стучит: «тук, тук, тук». Представьте, что у вас в груди вместо сердца кусочек ласкового солнышка. Яркий и теплый свет его разливается по телу, рукам, ногам. Его столько, что он уже не вмещается в нас. Давайте улыбнёмся и подарим друг другу немного света и тепла своего сердца.

Я благодарю вас всех за внимание, активное участие и будьте всегда здоровы!