**Семинар-практикум для педагогов ДОУ «Движение – основа здоровья детей»**

**Цель семинара-практикума:** Повышение профессиональной компетентности педагогов в вопросах здоровьесбережения дошкольников.

**Задачи:**

Расширить и углубить знания педагогов о содержании и особенностях организации работы по физическому развитию детей дошкольного возраста.

Совершенствовать навыки работы по укреплению здоровья детей всех возрастных групп.

Развивать творческий потенциал педагогов.

**I. Организационная часть**

***Здравствуйте, уважаемые коллеги!***

***- Крикните громко и хором, друзья,  
Помочь откажитесь мне? Нет или да?  
Деток вы любите? Да или нет?  
На семинар Вы пришли, а 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 у вас я: Активными все будете? Нет или да.***

Итак, с прекрасным настроением и позитивными эмоциями мы начинаем наш семинар-практикум «Движение – основа здоровья детей».

**II. Основная 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…»

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. Именно поэтому здоровье детей и основанная в нем жизненная целостность организма должны стать точкой приложения усилий педагогов.

Одним из основных факторов оздоровления детей является двигательная активность. Первые семь лет - это годы бурного психического и физического развития ребёнка, организм которого и его функции ещё далеко не совершенны и легко подвергаются различным воздействиям. Вот почему так важно чтоб в этот период развития детей мы обеспечили им педагогически целесообразную среду. Правильная организация физического воспитания детей в повседневной жизни обеспечивает выполнение двигательного режима, необходимого для здорового физического состояния ребёнка и его психики в течение дня.

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.

**Первое 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: (НОД 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, активный отдых: физкультурный досуг, физкультурные праздники, дни здоровья).

10. Приведите пример подвижных игр с элементами соревнования. («Кто быстрее?», «Чья команда забросит больше мячей?», «Кто дальше».)

11. Приведите пример народных игр. («Гори, гори ясно!», «Краски», «У медведя во бору».)

12. Назовите спортивные игры. (Городки, элементы баскетбола, бадминтон, элементы футбола, хоккея.)

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

14.Детский туризм это - … (прогулки и экскурсии)

15. О чем идет речь? Одно из средств оздоровления и профилактики болезней. У детей пропадает сонливое состояние, появляется чувство бодрости, наступает эмоциональный подъем, повышается работоспособность на весь день - утренняя гимнастика.

16. Это является для ребенка особым радостным событием, сюда входят разнообразные физические упражнения и веселые подвижные игры, включаются движения, предварительно разученные на физкультурном занятии (физкультурный досуг).

**Второе задание. «Зашифровки»**

Расшифруйте название подвижных игр:

Для команды «Чемпионы»:

УРЖКИМ (жмурки)  
КАЛДИШО (лошадки)  
ШИКЛИОВ (ловишки)

Для команды «Олимпийцы»:

СИАКРК (краски)  
УЬПРЫЗ (пузырь)  
ТКПИЯР (прятки)

**Третье** **задание. «Кроссворды»**

**Четвертое задание. «Практическое мастерство»**

Команде «Чемпионы – необходимо придумать и провести две сюжетные подвижные игры.

Команде «Олимпийцы» - необходимо придумать и провести две подвижные игры с элементами соревнований.

**III.** **Заключительная часть**

«Здоровье – самый главный показатель жизнедеятельности каждого человека, и только с хорошим здоровьем можно жить полноценной жизнью.

Все мы прекрасно понимаем, как важно беречь свое здоровье. Но делаем ли мы что-то для того, чтобы сохранить его на долгие годы?  
Закончить семинар 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…»