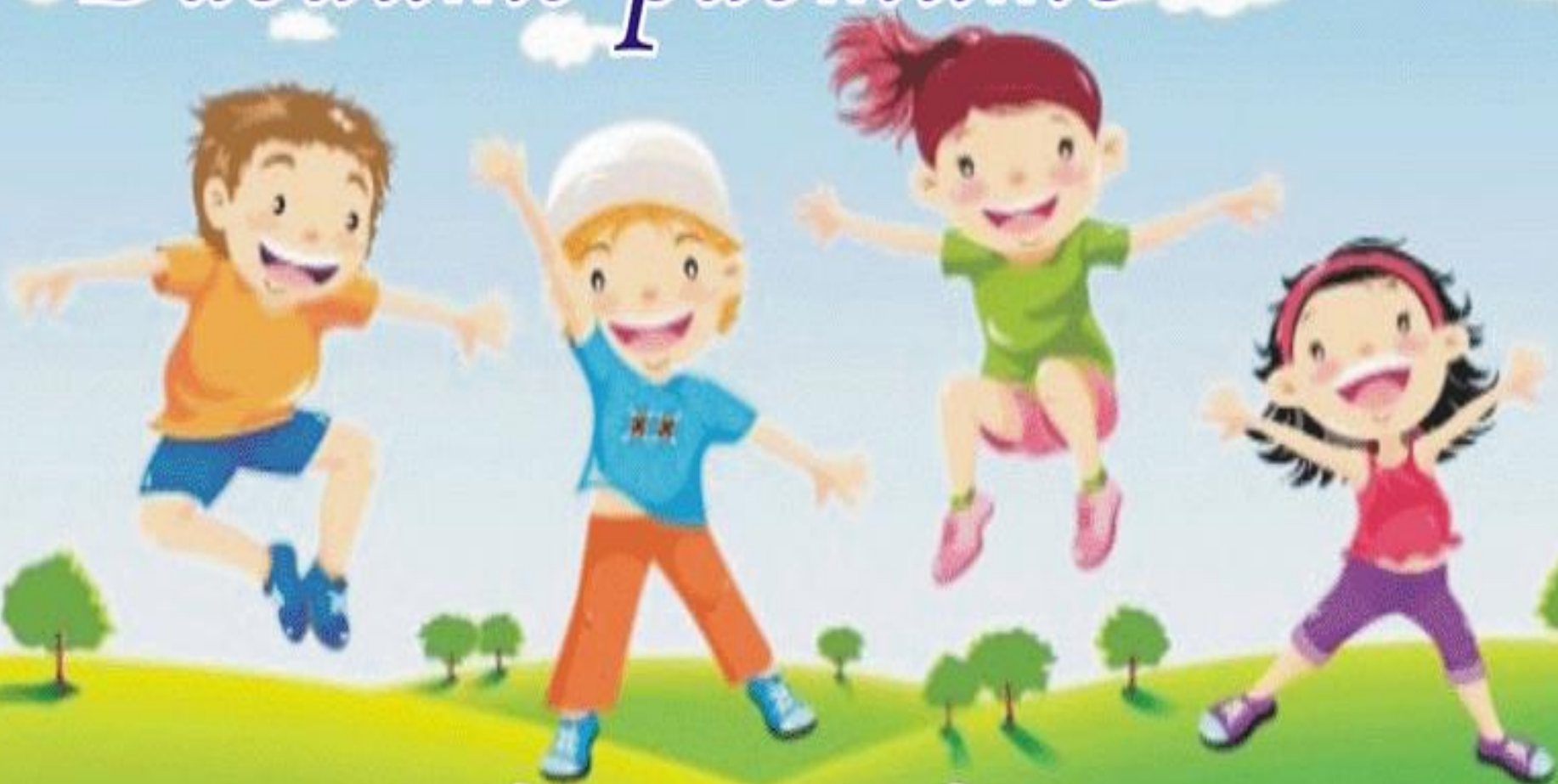


Давайте растить



детей здоровыми!

Цель семинара: систематизировать знания педагогов по формированию привычки к ЗОЖ у детей дошкольного возраста.

Задачи семинара:

1. Формировать и закреплять профессиональные знания, умения и навыки педагогов в работе с детьми по сохранению и укреплению здоровья.
2. Способствовать росту педагогического мастерства по обеспечению дошкольников необходимым багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, воспитывая у него культуру здоровья.
3. Создать благоприятные условия для творческого взаимодействия всех участников по распространению спортивных достижений и возможностей родного города среди воспитанников.



От удовольствия – к привычке, от привычки – к потребности.

Алгоритм формирования потребности здорового образа жизни для ребенка:

1. **Развивать у детей навыки личной гигиены**, формировать представления о влиянии гигиены на состояние кожи, зубов, на защиту от микробов и т.д.;
2. **Формирование у дошкольников элементарных представлений о:**
 - полезности и целесообразности физической активности
- при проведении физической активности обращать внимание детей на значение конкретного упражнения для развития определенной группы мышц;
- поддерживать возникновение положительных эмоций, чувства “мышечной радости”/;
 - о влиянии занятий спортом на укрепление здоровья;
 - о способах сбережения психического здоровья;
/позитивный эмоциональный настрой, развитие умения , контактировать с другими детьми, умения расслабляться и др.);
 - навыках оказания первой самопомощи;
3. **Использование здоровьесберегающих технологий;**
4. **Взаимодействие с родителями по формированию у ребенка ценностей здорового образа жизни.**



Здоровьесберегающие технологии:

ТЕХНОЛОГИИ СОХРАНЕНИЯ И СТИМУЛИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ:

(утренняя зарядка, соблюдение режима, пребывание на свежем воздухе, обеспечение двигательной активности: подвижные; коррегирующая, пальчиковая и дыхательная гимнастики, гимнастика для глаз, динамические паузы и физкультминутки, упражнения против плоскостопия; и спортивные игры)

КОРРЕКЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

:

(музыкотерапия – музыкальное воздействие для снятия напряжения; игры на релаксацию; сказкотерапия для повышения эмоционального настроения)

ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ:

(физкультурные занятия, познавательные беседы, пропаганда влияния занятия спортом на укрепление здоровья, обучение играм со спортивными элементами)

Как же
сформировать
у
дошкольников
интерес к
спорту ?

Первый этап работы – вызвать интерес, сформировать желание.

Основную роль в этом играет обогащение РППС:

1. Оформление тематических альбомов о достижениях Ковровских спортсменов; спортивных объектах г. Коврова.
2. Подборка детской художественной литературы о спорте /стихи, загадки, пословицы, речёвки/.
3. Подборка картинок виды спорта /летние и зимние/, спортивный инвентарь.
4. Изготовление дидактических игр о спорте.
5. Пополнение физкультурного уголка атрибутами спортивных игр, эмблемами, медальками и т.д..
6. Пополнение художественного уголка раскрасками о спорте, алгоритмами рисования спортсменов.
7. Личный пример товарищей, занимающихся в секциях.
Презентация проектов «Я занимаюсь спортом».
8. Познавательные беседы.



Игра «Отгадай загадку и найди отгадку»



В этом спорте игроки
Все ловки и высоки.
Любят в мяч они играть
И в кольцо его кидать.
Мячик звонко бьет об пол,
Значит, это... (баскетбол)



Соберем команду в школе
И найдем большое поле.
Пробиваем угловой –
Забиваем головой.
И в воротах пятый гол!
Очень любим мы ...
(футбол)

Я спешу на тренировку,
В кимоно сражаюсь ловко.
Чёрный пояс нужен мне,
Ведь люблю я ... (каратэ)



Здесь команда побеждает,
Если мячик не роняет.
Он летит с подачи метко
Не в ворота, через сетку.
И площадка, а не поле
У спортсменов в ...
(волейболе)



В честной драке я не
струшу,
Защиту двоих сестер.
Бью на тренировке грушу,
Потому что я... (боксер)

*Какие ещё виды
спорта вы
знаете?*

Игра «Четвертый лишний»

Назовите вид спорта и скажите, какой из них лишний и почему:



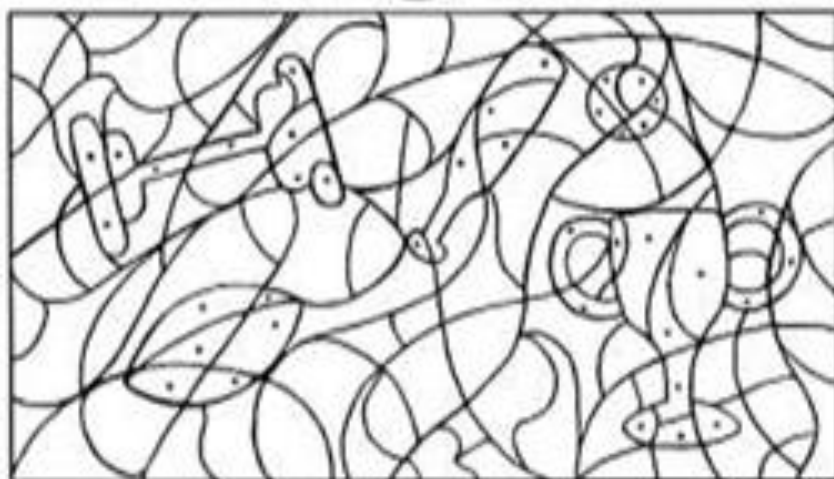
Игра «Кто, каким видом спорта занимается»

Посмотрите внимательно на мальчиков-олимпийцев и спортивное оборудование. Подумайте, каким видом спорта занимается каждый спортсмен.



«Обведи в круг те предметы, которые относятся к спорту»:





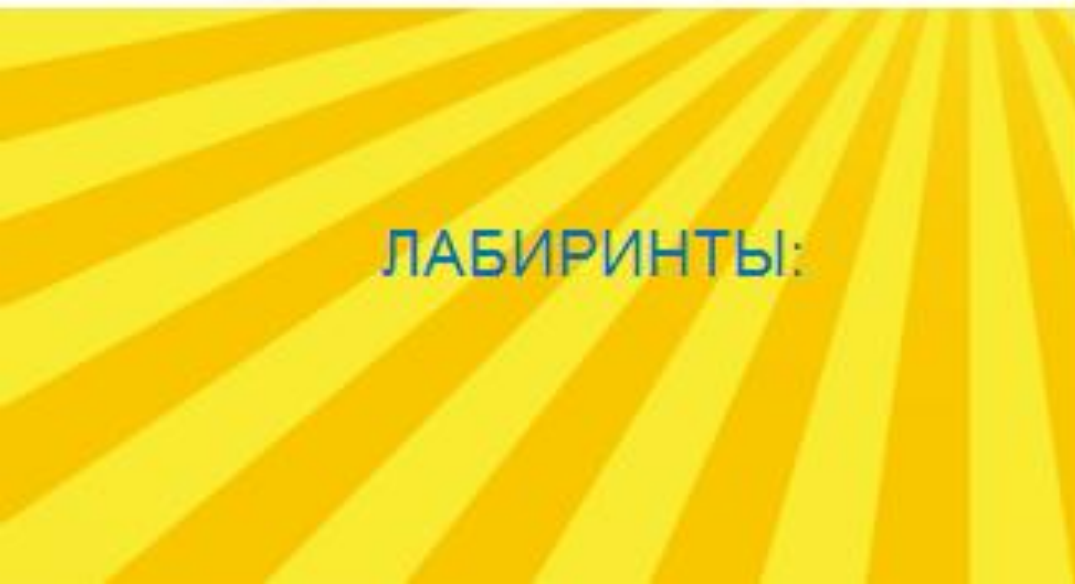
Раскрась там, где точки. Назови то, что ты раскрасил.



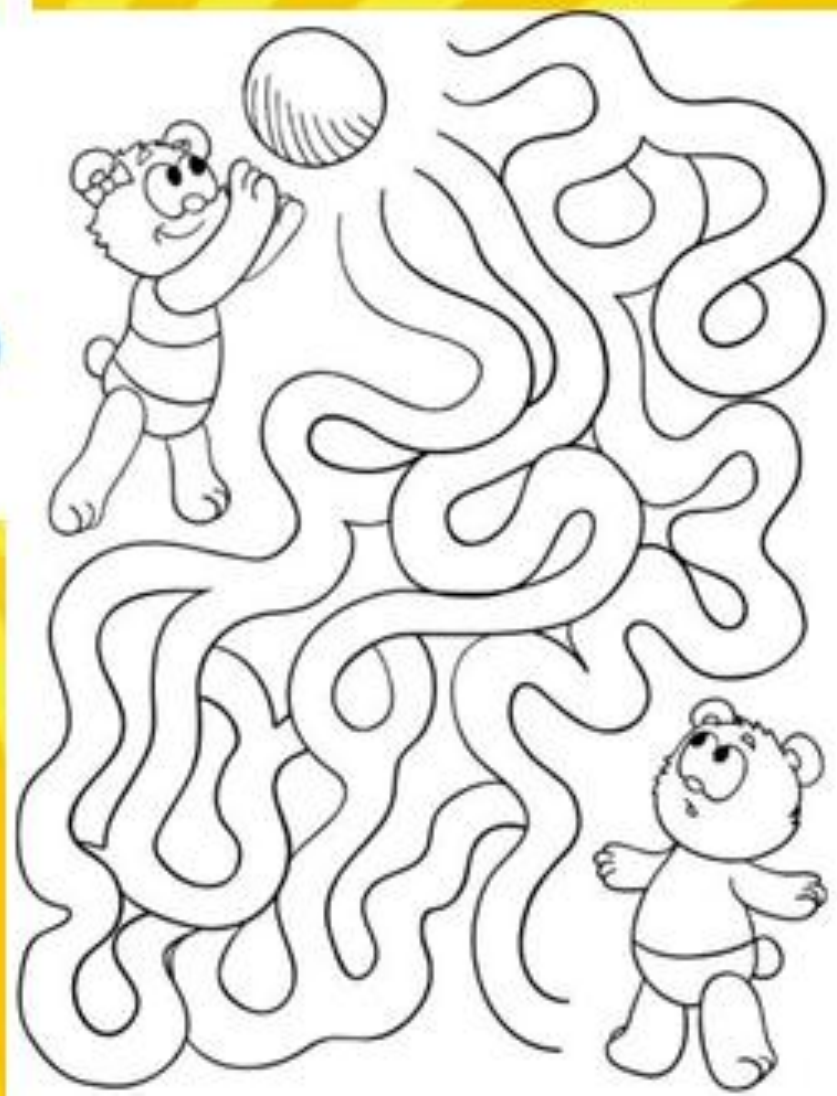
Как называется этот вид спорта? Напиши.



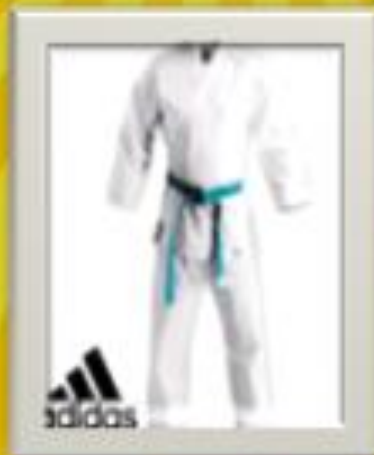
СПОРТИВНЫЕ



ЛАБИРИНТЫ:



Игра «Назови спортсмена, кому нужны эти предметы»



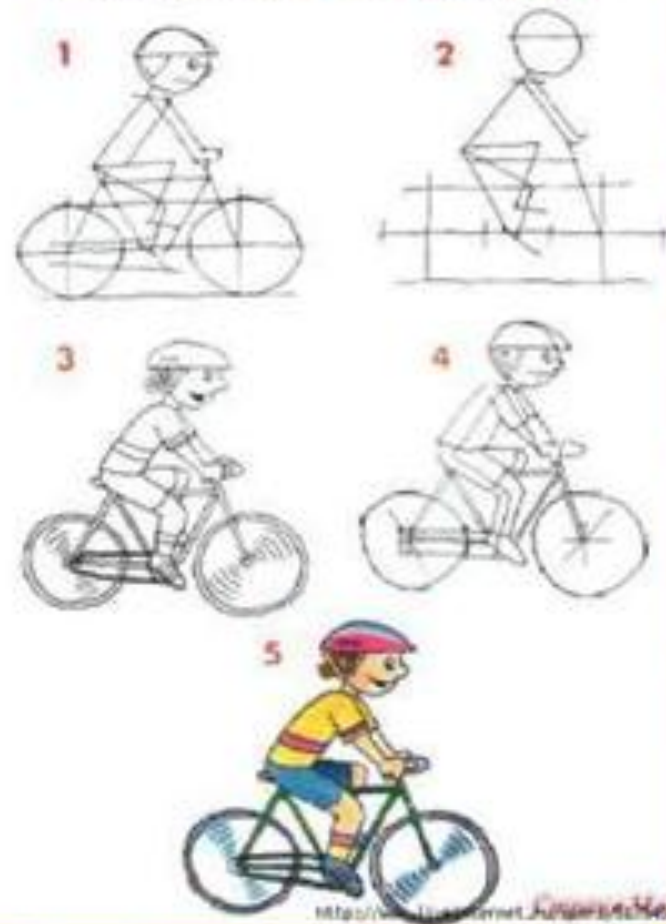
Игра «Назови вид спорта по силуэту»





www.mamamir.com.ua

КАК НАРИСОВАТЬ ВЕЛОСИПЕДИСТА



<http://www.internet-drawing.com>

Игра «Загадай – отгадай»:
формировать у детей интерес к физкультуре и спорту;

учить детей узнавать виды спорта по признакам и определениям; учить детей загадывать вид спорта по признакам и определениям; развивать память, мышление, логику.

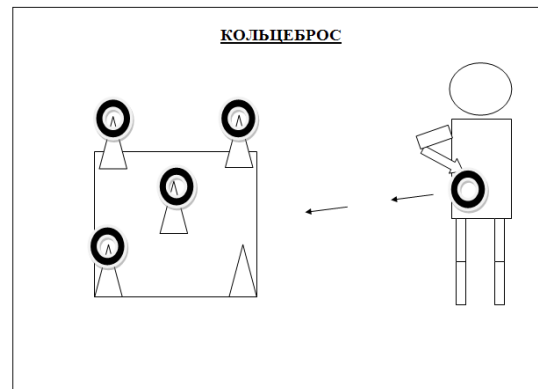
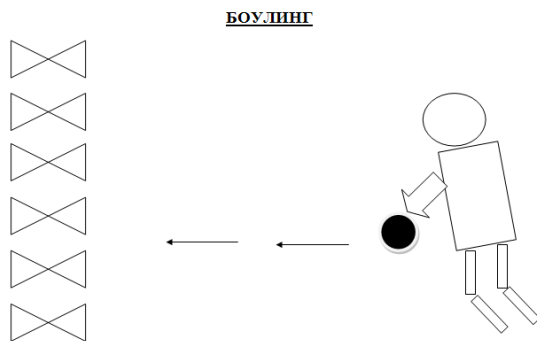
Возраст: 5 – 7 лет. Правила:
Играть могут 2 и более человек.

Водящий (взрослый или ребенок), с помощью карточек – «определений и признаков», загадывает вид спорта. Игроки пытаются отгадать вид спорта. Тот, кто угадал, становится водящим.

 Летний вид спорта	 Не летний вид спорта	 Зимний вид спорта	 Не зимний вид спорта	 Водный вид спорта
 Командный вид спорта	 Не командный вид спорта	 Одиночный вид спорта	 Не одиночный вид спорта	 Не водный вид спорта
 Необходима меткость	 Меткость не нужна	 Вид спорта с мячом	 Вид спорта без мяча	 Силовой вид спорта
 Победитель определяется по скорости	 Победитель не определяется по скорости	 Прыжки важны для победы	 Прыжки не важны для победы	 Не силовой вид спорта

Вторым этапом является накопление опыта общения с предметами игр со спортивными элементами

На этом этапе необходимо помочь дошкольникам научиться пользоваться предметно-схематической моделью, в основе которой лежит последовательность организационных действий, что поможет ребёнку в постановке цели, планировании и практического осуществления действия, а так же осуществить самоконтроль .



Схемы-алгоритмы помогут детям осуществить выбор того, что они хотят сделать и какие действия нужно для этого выполнить.



Третий этап – обучение спортивным упражнениям и элементам спортивных игр.

Первый этап необходимо начать с представления самой игры, ее показа детям. Это должна быть эмоционально привлекательная демонстрация, пробуждающая интерес к игре и желание освоить ее.

Второй этап - показ образца движения, который с точки зрения техники исполнения должен быть безукоризненным.

Третий этап – этап разучивания практических приемов. Главный принцип – искусственное создание расширения пространственно-временных параметров движений с целью увеличения времени на освоение сложного движения.

- * при разучивании элементов футбола следует использовать приспущенный мяч;
- при обучении теннису вместо теннисного мяча небольшой воздушный шарик. Такой подход можно использовать и при обучении игре в бадминтон;
- в баскетболе увеличенный диаметр баскетбольной корзины и регулирование ее высоты значительно упрощают процесс обучения броску в нее. Во время ведения мяча дети часто совершают ошибку - ведут мяч перед собой, вытягивая руку вперед, затрудняя тем самым движение и теряя мяч. В этом случае к применению рекомендуются массажные дорожки. Ребенок идет по дорожке, а мяч ведет рядом.
- в хоккее вместо шайбы вначале имеет смысл использовать облегченный пластмассовый диск несколько большего размера, чем шайба.

Взаимодействие с семьёй:

1. Анкетирование по вопросу занятий спортом в семье.
2. Выпуск буклетов:
 - * о пользе спорта для здоровья,
 - * о представленных в г. Коврове спортивных секциях;
3. Участие в проекте «Любимый спорт в нашей семье»,
«Наши активные выходные» - расширение представлений о формах спортивного семейного досуга;
4. Помощь в организации встреч со спортсменами города;
5. Участие в изготовлении атрибутов спортивных игр;
6. Участие в спортивных праздниках ДОУ.



ВОПРОС - ОТВЕТ

1. В какой возрастной группе ребёнок должен уметь ездить на 3х колёсном велосипеде?
/второй младшей/
2. В какой возрастной группе ребёнок осваивает катание на 2х колёсном велосипеде?
/средней/
3. В какой возрастной группе дошкольник осваивает езду на самокате?
/старшей/
4. В какой возрастной группе ребёнок может свободно ездить на 2х колёсном велосипеде по прямой, змейкой, по кругу?
/подготовительной/
5. В каком возрасте начинается обучение ходьбе на лыжах.
/средней/
6. В какой группе начинается обучение элементам спортивных игр?
/старшей/
7. В какой возрастной группе начинается обучению игре в хоккей?
/подготовительной/

10 золотых правил здоровьесбережения.

1. Соблюдайте режим дня!
2. Обращайте больше внимания на правильность питания!
3. Больше двигайтесь!
4. Спите в прохладной комнате!
5. Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!
6. Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!
7. Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
8. Гоните прочь уныние и хандру!
9. Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
10. Желайте себе и окружающим только добра!

