

РЕЦЕНЗИЯ

№ ДР02755 от 11.10.2022г.

на мастер-класс для родителей «Технологии здоровьесбережения в детском саду и семье» педагога воспитатель МБОУ «Кленовская основная школа имени А. А. Мусихина» структурное подразделение «Кленовский детский сад»

Головановой Татьяны Васильевны

Цель: Освоение и последующее применение родителями здоровьесберегающих технологий в домашних условиях.

Задачи:

1. Формировать элементарные представления о здоровьесберегающих технологиях и о возможности их применения.
2. Показать значимость развития мелкой моторики детей.
3. Познакомить родителей с разнообразными методами и приёмами, которые используются в детском саду.

Форма проведения: семинар – практикум для родителей.

Представленная на рецензию авторская методическая разработка «Технологии здоровьесбережения в детском саду и семье» предназначена для родителей в целях сохранения и укрепления здоровья детей.

Актуальность данного материала обусловлена потребностью человека, общества и государства в здоровьесберегающем образовании.

Достаточно подробно педагогом описаны методики работы с этим материалом. В работе раскрываются методические основы деятельности по созданию необходимых условий для развития интереса родителей к здоровьесберегающим технологиям, дана последовательность этапов этой деятельности, разработаны инструктивные указания по выполнению каждого вида. Автором в полной мере были раскрыты ключевые идеи мастер-класса, решены основные задачи организации учебного процесса на основе приёмов здоровьесберегающих методик.

Материал изложен последовательно и четко. В работу включены: дыхательная гимнастика, точечный самомассаж, пальчиковая гимнастика. Положительной оценки заслуживает вовлечение родителей в мероприятия.

Рецензируемый методический материал разработан грамотно, соответствует современным требованиям. Мастер-класс «Технологии здоровьесбережения в детском саду и семье» педагога Головановой Т.В. может быть рекомендована к реализации в работе педагогов дошкольных образовательных учреждений с родителями.

Рецензент руководитель оргкомитета

Тищенко Н.С.



(подпись)



Ссылка на материал: [https://www.дошкольтароссии.пф/gallery/Рецензия_Голованова_Т._В\(1\).pdf](https://www.дошкольтароссии.пф/gallery/Рецензия_Голованова_Т._В(1).pdf)

Международный портал для педагогов и детей «Дошкольта России»
Свидетельство Роскомнадзора о регистрации СМИ Эл №ФС77 – 80685
г. Москва.

Мастер-класс для родителей

«Технологии здоровьесбережения в детском саду и семье»

Мастер-класс подготовила:
воспитатель МБОУ "Кленовская основная школа имени А.А.Мусихина"
структурное подразделение "Кленовский детский сад"
Голованова Татьяна Васильевна

Цель: Освоение и последующее применение родителями здоровьесберегающих технологий в домашних условиях.

Задачи:

1. Формировать элементарные представления о здоровьесберегающих технологиях и о возможности их применения.
2. Показать значимость развития мелкой моторики детей.
3. Познакомить родителей с разнообразными методами и приёмами, которые используются в детском саду.

Форма проведения: семинар – практикум для родителей.

Воспитатель:

- Здравствуйте, уважаемые родители!

Никогда ничему не научишься, если будем говорить: «Я не умею, я не научусь!»
Мы попробуем с вами это опровергнуть!

- А сейчас давайте поздороваемся:

Кого ни повстречаем, здоровья пожелаем.

Друг к другу повернемся,

Скажем: «Здравствуй», улыбнемся

Кого ни повстречаем, здоровья пожелаем.

Друг к другу повернемся,

За руки возьмемся, еще раз улыбнемся.

- В настоящее время одной из наиболее важных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребёнка — это самая главная задача для родителей и сотрудников детского сада. Для эффективного решения данной задачи в детских садах используются здоровьесберегающие технологии - это все формы, средства и методы, используемые в образовательном учреждении, для укрепления и сохранения здоровья. Это - физкультурные занятия, динамические паузы, разные виды закаливания, дыхательная гимнастика, самомассаж, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, точечный самомассаж, релаксация, подвижные игры и другие.

- Сейчас, я хотела бы рассказать и показать несколько видов здоровьесберегающих технологий: дыхательную гимнастику, точечный самомассаж, пальчиковую гимнастику.

Детский массаж повышает тонус мышечной системы ребенка, укрепляет опорно-двигательный аппарат, способствуют улучшению в организме обменных процессов, помогает справиться с различными заболеваниями. Массаж бывает точечный, взаимомассаж и самомассаж.

- Я предлагаю Вам выполнить вместе со мной точечный массаж «Здоровейка».

Чтобы горло не болело,
Мы его погладим смело

(поглаживают ладонями шею мягкими движениями сверху – вниз)

Чтоб не кашлять, не чихать,

Надо нос нам растирать

(указательными пальцами растирают крылья носа)

Лоб мы тоже разотрем,

Ладони держим козырьком

(прикладывают ко лбу ладони козырьком и растирают его движениями в стороны)

Вилку пальчиками сделай,

Массируй уши ты умело

(раздвигают указательный и средний пальцы и растирают перед, и за ушами)

Знаем, знаем – да, да, да!

(растирают кисти рук)

Нам простуда не страшна!

(хлопки в ладоши)

- А сейчас посмотрим видеоролик и выполним точечный самомассаж по А. А. Умановой.

Воспитатель:

- Большие возможности в здоровьесбережение детей предоставляет дыхательная гимнастика.

- Дыхательные упражнения способствуют насыщению кислородом каждой клеточки организма. Умение управлять дыханием способствует умению управлять собой. Кроме того, правильное дыхание стимулирует работу сердца, головного мозга и нервной системы, избавляет человека от многих болезней. Медленный выдох помогает расслабиться, успокоиться. Дыхательная гимнастика развивает ещё несовершенную дыхательную систему ребёнка, укрепляет защитные силы организма.

- Предлагаю вашему вниманию видео презентацию дыхательной гимнастики, которую в дальнейшем вы можете выполнять дома вместе со своим ребенком. А сейчас смотрим на экран и выполним дыхательные упражнения.

Демонстрация презентации «Игровые упражнения для развития физиологического и речевого дыхания».

1. «Каша» - Пых-пых-пых, пых-пых-пых, пых-пых-пых,
пыхчу, всех вас угостить хочу!

Выполнение: вдыхать через нос, на выдохе произнести слово «Пых». Повторить не мене 6 раз.

2. «Греем руки» - На ладошки мы подуем, греем, греем, обязательно согреем.

Выполнение: вдох через нос и дуть на озябшие руки и плавно на выдохе через рот, как бы согревая руки.

3. «Ворон» - Я ворона «Кар» кричу, громче крикнуть я хочу.

Выполнение: сесть прямо, поднять руки через стороны вверх – вдох, медленно опустить руки – выдох. Произнести «Кар».

4. «Шарик» - На четыре я вдыхаю и дыхание задержу.

Затем долго выдыхаю, так я шарик надуваю.

Выполнение: представить себя воздушным шариком; на счет 1,2,3,4 сделать глубокий вдох и задержать дыхание. Затем на счет 1-5 медленно выдохнуть.

Воспитатель:

- Еще один из видов здоровьесберегающих технологий - пальчиковая гимнастика:

- Способствует овладению навыками мелкой моторики;
- Развивает у ребёнка психические процессы: внимание, память, воображение;
- Помогает развивать речь и умственные способности ребёнка;
- Повышает работоспособность коры головного мозга.

- Сейчас я бы хотела показать Вам несколько вариантов пальчиковой гимнастики – попробуйте повторять за мной.

Помощница

Я уже совсем большая.

(Выполняют хлопки)

Дома маме помогаю.

(Выполняют удары кулачками)

Я стараюсь, не ленюсь.

Мыть посуду я учусь.

(Трут ладонь о ладонь)

В понедельник мыла блюдца.

(Загибают большой палец на левой руке)

Почему же блюдца бьются?

(Пожимают плечами)

А во вторник мыла чашки.

(Загибают указательный палец на левой руке)

Две разбились. Вот бедняжки!

(Сокрушенно качают головой)

В среду я разбила вазу

(Загибают средний палец на левой руке)

И призналась маме сразу.

(Машут правой рукой)

А в четверг тарелки мыла.

(Загибают безымянный палец на левой руке)

Все тарелки я разбила.

(Вновь качают головой)

В пятницу же, вот несчастье,

(Загибают мизинец на левой руке)

Разлетелся стол на части.

Он стеклянным был, ребята,
(*Пожимают плечами*)
В общем, я не виновата!
(*Машут правой рукой*)
Просто наваждение,
(*Выполняют хлопки*)
Был в субботу день рождения.
(*Выполняют удары кулачками*)
Я разбила два стакана
(*Загибают большой и указательный пальцы на правой руке*)
И креманки для сметаны.
(*Загибают остальные пальцы на правой руке*)
После было воскресенье.
(*Выполняют хлопки*)
В это день на удивленье
(*Выполняют удары кулачками*)
Я посуду перемыла,
(*Трут ладонь о ладонь*)
Перемыла, не разбила.
Я стараюсь, не ленюсь.
(*Выполняют хлопки*)
Мыть посуду я учусь.
(*Выполняют удары кулачками*).
- А сейчас смотрим на экран и повторяем движения.
Пальчиковая гимнастика «Путешествие» (видеоролик)

Итог мастер- класса

Воспитатель: Уважаемые родители, я показала Вам несколько технологий для сохранения и укрепления здоровья ребёнка, которые оказывают положительное воздействие на здоровье детей во всех смыслах этого слова, у детей повышается работоспособность, улучшается качество образовательного процесса, они всегда в хорошем настроении, а это самое главное. Таким образом, каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребёнка привычку к здоровому образу жизни. Все упражнения, которые мы с вами выполняли сегодня, вы можете выполнять с детьми дома.

- И в

завершении мастер-класса я предлагаю вам помедитировать (*проводится под спокойную музыку*).

-

Давайте найдём своё сердце, прижмём обе руки к груди, и прислушаемся, как оно стучит: «тук, тук, тук». А теперь представьте, что у вас в груди вместо сердца кусочек ласкового солнышка. Яркий и тёплый 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.

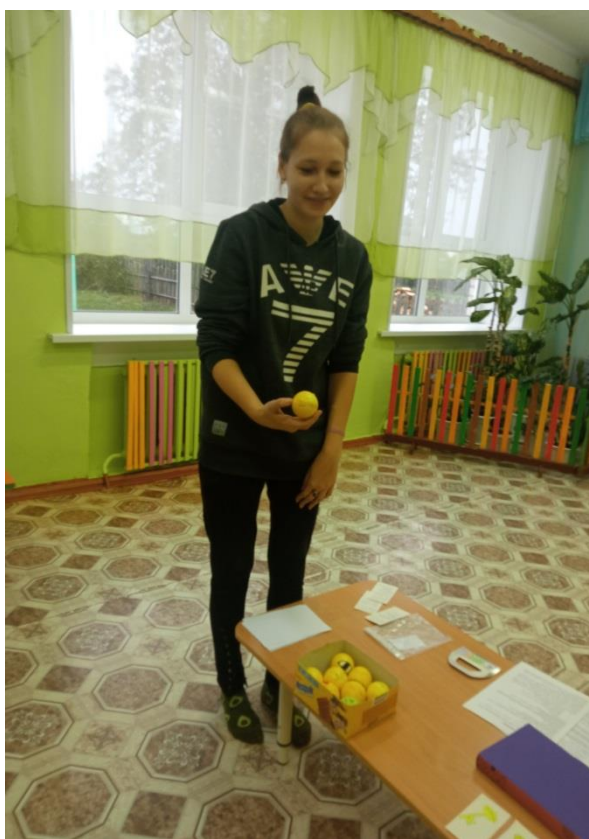
- А сейчас мысленно положите на левую руку всё то, с чем вы пришли сегодня на

мастер-класс: свой багаж мыслей, знаний, опыта. А на правую руку - то, что получили на мастер-классе нового, давайте одновременно хлопнем в ладоши и скажем друг другу "СПАСИБО!"

Будьте всегда здоровы и счастливы! Я желаю здоровья Вам, вашим семьям и вашим близким! Спасибо за внимание!

ФОТООТЧЕТ:





ОБРАЗО