

Пяткова Любовь Петровна
старший воспитатель
МБДОУ «Детский сад №176»
г. Барнаул

Практикум «Использование здоровьесберегающей технологии «Тимбилдинг» с детьми дошкольного возраста»

Целью практикума распространение педагогического опыта по применению здоровьесберегающей технологии тимбилдинг в работе с детьми дошкольного возраста.

Задачи:

1. Показать и раскрыть значение здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе ДОУ, познакомить с методикой проведения с детьми технологии «тимбилдинг».
2. Поделиться личным опытом работы по применению здоровьесберегающей технологии тимбилдинг в работе с детьми.

Ход практикума:

Ведущий:

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.

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

Здоровье, как предмет здоровьесберегающих технологий, предусматривает:

Здоровье физическое.

Здоровье психическое.

Здоровье социальное.

Здоровье нравственное.

Благодаря использованию здоровьесберегающих технологий у детей происходит:

Улучшение памяти, внимания, мышления;

Повышение способности к произвольному контролю;

Улучшение общего эмоционального состояния;

Повышается работоспособность, уверенность в себе;

Стимулируются двигательные функции;

Снижает утомляемость;

Развивается дыхательный и артикуляционный аппарат;

Стимулируется речевая функция.

Здоровьесберегающие педагогические технологии применяются в различных видах деятельности и представлены как:

Технологии сохранения и стимулирования здоровья: динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующие

Технологии обучения здоровому образу жизни: физкультурные занятия, ритмика, биологическая обратная связь (БОС), проблемно-игровые, коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», точечный самомассаж,

Коррекционные технологии: технологии развития эмоционально-волевой сферы, коррекция поведения, психогимнастика, арт-терапия, артикуляционная гимнастика, технология музыкального воздействия, сказкотерапия).

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Десять золотых правил здоровьесбережения:

- Соблюдайте режим дня!
- Обращайте больше внимания на питание!
- Больше двигайтесь!
- Спите в прохладной комнате!
- Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!
- Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
- Гоните прочь уныние и хандру!
- Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!
- Старайтесь получать больше положительных эмоций
- Желайте себе и окружающим только добра!

Ведущий предлагает педагогам игру «Волшебный мешочек».

Ведущий:

- Достаньте из мешочка предмет и ответьте: «Какой вид оздоровления он отражает»
 - 1) подушечка с травой – фитотерапия
 - 2) диск – музыкотерапия
 - 3) апельсин – ароматерапия
 - 4) мыльные пузыри - игры на дыхание
 - 5) перчатка – пальчиковая гимнастика
 - б) цветок – цветотерапия.

Ведущий предлагает участникам мастер-класса познакомиться со здоровьесберегающей технологией.

Ведущий

- Уважаемые коллеги, я хотела познакомить вас со здоровьесберегающей технологией - тимбилдинг.

Тимбилдинг - модное слово, объяснить его проще простого.

Это сплоченье в решении задач, все друг за друга и нет неудач!

Самые робкие и молчаливые берут на себя инициативу.

Все как звенья одной цепи - лишних нет и случайных тоже

И попробуй-ка отцепи: друг без друга никто не сможет.

Детский «тимбилдинг» — это стратегический инструмент формирования и укрепления детского сообщества, представляющий собой систему упражнений, заданий, игр, направленных на достижение общего командного результата. Достичь его можно только объединив идеи, внимание и усилия всей команды. Тем самым создается ситуация успеха, где дети, не уверенные в своих силах, имеют возможность проявить себя, почувствовать свою значимость, а подвижные дети – направить свою энергию в позитивное русло, подставить плечо другу.

Почему тимбилдинг можно отнести к здоровьесберегающей технологии?

Уровень социализации личности ребенка во многом зависит от полноценного физического воспитания. Спортивные игры, которые носят командный характер, прекрасно сплачивают коллектив, учат доверию и совместной деятельности, где каждый может положиться на товарища. Умение взаимодействовать, таким образом, непременно положительно скажется на психологическом климате в группе, а также происходит активный обмен эмоциями и победа над скрытыми комплексами. Именно

поэтому идея командных методов работы заимствована из спорта, и в современном мире носит название тимбилдинга.

Чему учит тимбилдинг?

взаимодействовать, помогать и поддерживать друг друга;
находить компромиссы, видеть цель, к которой дети идут вместе, а не по-одному;

Благодаря тимбилдингу дети:

- приобретают уверенность в себе и целеустремленность;
- начинают чувствовать свою собственную значимость;
- проявляют инициативу, креативность;
- формируется стратегическое, «долговременное» тактическое мышление;
- формируется навык моделирования кризисных ситуаций и совершенствуется умение находить из них выход при помощи совместных усилий.

Определены принципы технологии тимбилдинг:

- не сравнивать детей, ни по каким параметрам;
- в играх чаще использовать местоимение «мы»;
- выделять значимость каждого участника;
- похвалы достоин каждый участник, но с оценкой его деятельности;
- оценивать поступок, а не личность ребенка.

Ведущий предлагает педагога игры – тимбилдинга.

Игра «Паутинка»

Воспитатель говорит, что дети, как паучки, сейчас будут плести паутину-путанку. Дети встают в круг, берутся за руки и, пролезая под руками по очереди не разжимая рук, запутывают паутинку, а затем распутывают ее. Воспитатель говорит о том, что часто мы излишне волнуемся, не можем сосредоточиться на чем-то, переживаем, тревожимся. Надо научиться помогать себе.

Игра «Верёвочка»

Суть игры: Два человека натягивают верёвку. Остальные участники выстраиваются в колонну и, держась за руки, поочередно переходят через верёвку. Следующее задание колонне: поочередно пройти под верёвочкой. Уровень верёвки над полом постоянно меняется. Руки игрокам в колонне расцеплять нельзя. Игра учит: дружбе, взаимопомощи, умению выполнять задание коллективно, слаженно.

Игра «Липучка»

Цель: игра способствует развитию умения взаимодействовать со сверстниками, снятию мышечного напряжения, сплочению детской группы.

Описание игры: все дети двигаются, желательна быстрая музыка. Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстников. При этом они приговаривают «Я, липучка – приставучка, я хочу тебя поймать». Каждого пойманного ребёнка «липучки» берут за руку, присоединяя его к своей компании. Затем они все вместе ловят в свои «сети» других. Когда все дети становятся «липучками», они под спокойную музыку танцуют в кругу, держась за руки.

Ведущий:

– Сейчас мысленно положите на левую руку всё то, с чем вы пришли сегодня на **практикуме**: свой багаж мыслей, знаний, опыта. На правую руку - то, что получили на **практикуме нового**. Давайте одновременно хлопнем в ладоши и скажем СПАСИБО! А мне остаётся только поблагодарить вас за внимание.

Вы прекрасно потрудились, будьте всегда **здоровы!**