

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ –
ДЕТСКИЙ САД «ЗВЕЗДОЧКА»
Р.П. СТЕПНОЕ
СОВЕТСКОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Конспект семинара – практикума
для педагогов ДОУ
«УЧИМСЯ, ИГРАЯ»

Составили: Назимова Людмила Викторовна,
воспитатель высшей
квалификационной категории;
Куданович Ольга Сергеевна,
учитель-логопед высшей
квалификационной категории;
Гладышенко Елена Викторовна,
музыкальный руководитель высшей
квалификационной категории.

р.п. Степное
2025 г.

Тема: «Учимся, играя»

Цель: Распространение педагогического опыта по применению здоровьесберегающих технологий в работе с детьми дошкольного возраста.

Задачи:

- Способствовать повышению уровня мотивации и профессиональной компетентности педагогов в области применения здоровьесберегающих технологий.
- Распространить педагогический опыт по применению здоровьесберегающих технологий в физическом, речевом и музыкальном развитии дошкольников.
- Познакомить педагогов с разнообразными игровыми приёмами здоровьесберегающих технологий, направленными на оздоровление детей, которые можно использовать в домашних условиях.
- Показать единство музыки, речи и движений через интеграцию трех областей «Физическое развитие», «Речевое развитие» и «Художественно-эстетическое развитие».

Целевая аудитория: Педагоги детского сада

Материал и оборудование: скамейки – степ, полиэтиленовые пакеты, трубочки для коктейля, скотч, теннисные шарики, одноразовые тарелки, коробки (из-под конфет), «палочка-моталочка», бильбоке, аппликатор Кузнецова, бигуди, детские шумовые музыкальные инструменты, нетрадиционные музыкальные инструменты, мультимедийный проектор, магнитофон.

Ход мероприятия:

(Слайд № 1)

Здравствуйте!

Именно так мы приветствуем друг друга при встрече, и в этом заложен большой смысл. Мы желаем человеку здравствовать. Жить здорово, т.е. полезно для себя и для окружающих. А какой смысл в понятие «Здоровье» вкладываете вы? *(ответы коллег)*

В Уставе всемирной организации здравоохранения записано, что «...здоровье следует понимать как состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только как отсутствие болезней или физических дефектов». Если мы хотим вырастить здоровое поколение людей, то мы должны «научить ребенка быть здоровым». Здоровый ребёнок – счастье семьи и залог будущего благополучия государства.

Тема нашего выступления «Учимся, играя», т.к. основная деятельность детей игровая, и всё, чему мы хотим научить ребёнка, проходит в форме игры.

В педагогике существует огромное количество разнообразных игр и упражнений, направленных на всестороннее развитие и оздоровление детей.

Сегодня мы расскажем о некоторых игровых приёмах, которые можно использовать как в детском саду, так и дома в кругу семьи.

Раз, 2, 3, 4, 5 – начинаем мы играть. Давайте представим, что наше здоровье – это дом, который мы строим и обустроиваем в течении всей своей жизни. Любой дом начинается с ... фундамента.

Как вы думаете, кто закладывает основу нашего дома Здоровья? *(ответы коллег).*

Совершенно верно, наш фундамент закладывают родители, генетика наших родственников нескольких поколений. **(Слайд № 2)**

А дальше мы строим стены, **(Слайд № 3)** которые должны быть крепкими, сильными, прочными. И здесь на помощь нам приходит: **«Физическое развитие»**. **(Слайд № 4)**

Блок воспитателя ДОУ.

Не секрет, что в век компьютерных технологий всё труднее становится отвлечь детей от компьютера. Зачастую и взрослые сами не прочь «посидеть в сетях». В итоге, как у детей, так и у взрослых возникает гиподинамия - недостаток движения, что может способствовать развитию хронических заболеваний. Педагоги нашего детского сада решили объединить компьютерные технологии и двигательную активность и создали «Компьютерную гимнастику». **(Слайд № 5)**

Палка – палка, огуречик, получился человечек, который выполняет общеразвивающие упражнения под ритмичную музыку.

ПРАКТИКУМ. «Компьютерная гимнастика».

(педагоги выполняют мини комплекс компьютерной гимнастики)

(Слайд № 6 - 37)

- В каких видах двигательной активности вы могли бы использовать этот вид здоровьесберегающих технологий? *(предположительные ответы: утренняя гимнастика, физкультурные занятия, физминутки, динамическая пауза).*

- Ещё одним видом здоровьесберегающих технологий является степ - аэробика. **(Слайд № 38)**

Выполнение комплексов степ-аэробики не требует большого пространства, поэтому выполнять этот вид физической активности можно и в домашних условиях. Вам нужна только степ-платформа, которую можно приобрести в магазине спорттоваров, или скамейка-степ, которую можно сделать самим *(ширина 25 см, длина 40 см, высота минимум 6 см).*

Бодрая, ритмичная музыка, которой сопровождаются занятия степ-аэробикой, создаёт хорошее настроение. И вы сейчас в этом убедитесь.

ПРАКТИКУМ. Мини - комплекс степ-аэробики.

1. Ходьба перед степом.
2. На счёт 1-3 шаги на месте, 4 — носок на степ; 5-7 шаги на месте, 8 — носок другой ноги на степ.
3. И.П.- о.с. 1- встать на степ правой ногой;

2- приставить к ней левую.

3-опустить правую ногу на пол;

4- опустить левую ногу, приставить к правой.

То же с левой ноги.

4. И.п.- о.с. 1- шаг правой ногой на правую сторону степа; 2- левую ногу приставить к правой ноге; 3- шаг правой ногой в правую сторону со степа;

4- левую ногу приставить к правой ноге на носок (точка); 5- шаг левой ногой в левую сторону на степ; 6- правую ногу приставить к левой ноге;

7- шаг левой ногой в левую сторону со степа;

8- правую ногу приставить к левой ноге на носок (точка).

5. И.П. – о.с.

1-поставить правую ногу, на правый край степа;

2-поставить левую ногу, на левый край степа;

3-опустить со степа правую ногу в и.п.;

4-опустить со степа левую ногу в и.п.

7. Ходьба на месте (всё повторить сначала).

6. И.П.- то же.

1- встать на степ правой ногой;

2-левой ногой мах вперёд, руки вверх — хлопок над головой;

3-поставить левую ногу на пол, руки вниз;

4-опустить на пол правую ногу;

5-встать на степ левой ногой;

6-правой ногой мах вперёд, руки вверх — хлопок над головой;

7- поставить правую ногу на пол;

8-опустить на пол левую ногу.

7. Ходьба на степе.

8. И.п.- стоя на степе, руки вниз.

1-опустить на пол назад правую ногу, на всю ступню, руки согнуть в локтях вверх; 2-вернуться в и.п.;

3-4- то же опуская левую ногу.

9. Ходьба вокруг степа.

10. Упражнения на восстановление дыхания.

11. Упражнения на растягивание мышц.

- Какие качества развиваются при выполнении степ – аэробики? *(ответы коллег)*.

Степ – аэробика способствует развитию силы, ловкости, быстроты, улучшает функции вестибулярного аппарата, сердечно - сосудистой системы.

В ходе занятий степ - аэробикой повышается выносливость, а вслед за этим и сопротивляемость организма. Это одна из эффективных форм повышения двигательной активности.

- А сейчас поговорим о дыхательной гимнастике, **(Слайд № 39)** которая, как вы все знаете, укрепляет дыхательную мускулатуру и играет немаловажную роль в закаливании и оздоровлении не только детей, но и взрослых. Существенную помощь в увеличении дыхательных объёмов лёгких могут оказать тренажёры, как приобретённые, так и сделанные своими руками **(Слайд № 40)**.

Демонстрация нетрадиционного оборудования:

- 1). Полиэтиленовые пакеты, трубочки для коктейля, скотч;
- 2). Теннисные шарик и одноразовые тарелки;
- 3). Коробки (из-под конфет), с прочерченной линией, делящей коробку пополам и теннисные шарик.

Практикум. Дыхательная гимнастика.

«Надуй пакет»; «Катится яблочко по тарелочке», «Воздушный пинг-понг».

Техника выполнения:

- 1). **«Надуй пакет»** - полиэтиленовый пакет соединяется с трубочкой для коктейля при помощи скотча (пакет можно украсить аппликацией или разрисовать). Надуть пакет через трубочку.
- 2). **«Катится яблочко по тарелочке»** - одноразовую тарелку поставить на стол или держать в руках, положить в неё теннисный шарик. Дуть на шарик, стараться двигать его по тарелке.
- 3). **«Воздушный пинг-понг»** - взять одну часть коробки из-под конфет, обклеить (для придания эстетического вида), наметить разделительную линию, положить в коробку теннисный шарик. Игра для двух человек. Каждый игрок старается сдуть шарик за линию на территорию соперника.

Игры с предметами. (Слайд № 41)

Существует немало игр, как с предметами, так и без них и очень трудно найти или придумать что-то новенькое. Но как говорится, всё новое – это забытое старое.

- Подойдите, пожалуйста, ко мне, возьмите «палочку-моталочку» (*деревянная или пластиковая палочка небольшого диаметра, длина – 30 – 35 см, посередине привязывается узкая лента либо верёвка длиной – от 1,5 м, на конце контейнер от киндер-сюрприза*), встаньте в шеренгу и по сигналу начинайте наматывать ленточку на стержень.

- Какое качество помогло вам выполнить задание. (**Быстрота**).
Сложите палочки в корзинку.

- Прошу вас подойти ко мне и взять вот этот незамысловатый предмет. Встаньте, пожалуйста, так, чтобы не мешать друг другу. Игра называется БИЛЬБОКЕ (*«стакан» сделан из верхней части пластиковой бутылки, обклеен по краю, чтобы предотвратить травмирование, в крышке закреплена узкая лента или верёвка длиной 80 см - 1 м, на конце закреплён контейнер от киндер-сюрприза*). Ваша задача забросить шарик в стакан.

- Какое качество вам понадобилось при выполнении этого задания? (**Ловкость**).
Положите бильбоке в корзинку.

Все эти качества необходимы при становлении **физического здоровья.**

(Слайд № 42)

Продолжаем строить наш Дом – здоровья. У наших стен появились окна.

(Слайд № 43)

Блок учителя – логопеда ДОУ.

- Как вы считаете, достаточно ли иметь крепкое здоровье, чтобы быть счастливым человеком? *(ответы участников)*

- У человека много потребностей. Какие вы можете назвать? *(ответы участников)*

- Несомненно, все потребности важны. Для любого человека одной из главнейших потребностей является потребность в общении. Это отражено в образовательной области: **«Речевое развитие» (Слайд № 44)**

- Что является средством общения людей? *(Язык, речь)*

Для того чтобы наша речь была красивой, плавной, мелодичной, необходимо развивать дыхание, дикцию, артикуляцию, чистоту интонирования.

Мимика – искусство путем жестов, поз и различных выражений лица изображать мысли и чувства. **(Слайд № 45)**

Представьте, насколько беднее и неинтереснее станет общение, если лишить его дополнительных способов передачи внутреннего состояния – интонаций, жестов и мимики.

1. Не зря существует отдельный жанр театрального искусства – Пантомима.

ПРАКТИКУМ.

Предлагаю вам показать частями тела:

- как твои плечи говорят: «я горжусь».
- как твоя спина говорит: «я старый, больной человек».
- как твой палец говорит: «иди сюда».
- как твой рот говорит: «М-м-м, я люблю это печенье...»
- как твое ухо говорит: «Я слышу птичку».
- как твой нос говорит: «Мне что-то не нравится...»

А сейчас попробуем изобразить с помощью пантомимы отрывок из стихотворения Корнея Чуковского «Тараканище»:

Звери задрожали,
В обморок упали.
Волки от испуга,
Скушали друг друга.
Бедный крокодил
Жабу проглотил.
А слониха, вся дрожа,
Так и села на ежа...

- Что мы развиваем в детях при помощи таких игр? (ответы коллег)

Совершенно верно, показывая пантомиму, дети тренируют память, внимание, речь, воображение, артистизм.

2. Артикуляционная гимнастика. (Слайд № 46)

Параллельно с мимикой нужно развивать и речевой аппарат – эти два механизма неразрывно связаны друг с другом.

Почти все знают, что гимнастика для рук и ног нужна для того, чтобы люди стали ловкими и сильными. А то, что язык главная мышца органов речи и для него гимнастика просто необходима, знают не все.

Артикуляционные упражнения полезны в любом возрасте, так как четкая артикуляция - основа хорошей дикции.

ПРАКТИКУМ.

Кроме обычной артикуляционной гимнастики существует также и сопряженная гимнастика – это театр пальчика и языка.

Артикуляционная гимнастика с элементами пальчиковой гимнастики.

Упражнение	Движения или статическая поза	
	Рук	Губ и языка
«Заборчик»	Рёбра рук соединены, пальцы сомкнуты, кисти рук расположены вертикально.	Губы в улыбке, зубы сближены, обнажены.
«Иголочка»	Пальцы собраны в щепоть.	Приоткрыть рот, высунуть узкий, длинный язык далеко вперёд.
«Чашечка»	Соединить кисти рук рёбрами, ладони вверх – «лепёшка». Соединяя одноимённые пальцы рук, приподнять прижатые к ладоням большие пальцы.	Приоткрыть рот, положить широкий, спокойный язык на нижнюю губу, края языка медленно поднять вверх. Удерживать чашечку на счет 1 – 5.

«Киска сердится»		
Текст (произносит взрослый)	Движения или статическая поза	
	Рук	Губ и языка
На скамейки у окошка Улеглась и дремлет кошка.	Соединить большой палец с безымянным и средним пальцами, вытянуть вверх мизинец и указательный палец.	Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка упереться в нижние резцы.
Кошка глазки закрывает, Кошка спинку выгибает.	Соединить все пальцы в щепотку, опустить вниз.	На счёт «раз» - выгнуть язык горкой, упираясь кончиком в нижние резцы.

«Замок»		
Текст (произносит взрослый)	Движения или статическая поза	
	Рук	Губ и языка
На двери висит замок.	Пальцы сцепить в «Замок»	Зубы сомкнуть, губы вытянуть вперед уточкой.
Кто открыть его бы смог?		Губы сомкнуть. Изобразить удивление.
Постучали,	Постучать одной ладонью по другой.	Цоканье языком
Покрутили,	Потереть одну ладонь о другую. Повернуть ладони в разные стороны.	часики
Потянули,	Потянуть ладони в разные стороны.	Растянуть губы в улыбке.
И открыли.	Развести руки в разные стороны.	Широко открыть рот. Сказать Ах.

3. Самомассаж.

Известный педагог В.А. Сухомлинский сказал: «Ум ребенка находится на кончиках его пальцев».

Уровень развития мелкой пальцевой моторики и координации движений рук — один из показателей интеллектуального развития и, следовательно, готовности к обучению в школе.

Наряду с традиционными играми для развития мелкой моторики, используются и инновационные. К ним относятся игры и упражнения с использованием аппликатора Кузнецова. (Слайд № 47)

ПРАКТИКУМ

(отрагиваться до аппликатора подушечками пальцев, каждым пальчиком, ладошкой)

На ладони и на стопе находится около 1000 биологически активных точек. Воздействуя на них можно регулировать деятельность внутренних органов.

Безымянный — печень,
средний — кишечник,
указательный — желудок,
большой — голова.

Развивая моторику рук, нужно помнить о том, что у ребёнка две руки, старайтесь все упражнения дублировать: выполнять и правой и левой рукой.

Массаж с прищепками

Бельевой прищепкой на ударные слоги стиха поочерёдно «кусаем» ногтевые фаланги: от указательного к мизинцу и обратно. После 1-го двустипия — смена рук. (Проверьте на себе, чтобы прищепки были не слишком тугими.)

Кусается сильно котёнок-глупыш,
Он думает: это не палец, амышь.
- Но я же играю с тобою, малыш!
- А будешь кусаться — скажу тебе «кыш!».

Массаж при помощи палочек, карандашей, или бигудей.

Игра «Добывание огня» (прокатывание палочки между ладонями)

Добываем мы огонь
Взяли палочку в ладонь,
Сильно палочку покрутим
И огонь себе добудем.

Ребенок имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него достаточно хорошо развиты внимание и память, связная речь.

Блок музыкального руководителя ДОУ.

(Слайд № 48)

Раз, 2, 3, 4, 5 – продолжаем мы играть.
Тили – тили – тили бом, продолжаем строить дом.
Есть и стены, окна, дверь
Что же делать нам теперь?

Пришла пора наполнить наш дом радостью, весельем, музыкой.

(Слайд № 49)

Благодатной почвой для развития музыкальных и творческих способностей является **художественно-эстетическая деятельность.** (Слайд № 49)

Музыкальные игры являются неотъемлемой частью образовательной деятельности.

Я предлагаю вам поиграть. Возьмите себе снежинку любого цвета. Пока играет музыка, снежинки летают, как только музыка остановится, вы выстраиваете рисунок, который показан на экране. (Слайд № 51, 52, 53)

- Как вы думаете, что мы развиваем у детей при помощи этой игры? (*умение ориентироваться в пространстве, выполнять построения правильно и быстро*).

Музыкальные игры на развитие чувства ритма. (Слайд № 54)

Всё в нашей жизни подчиняется определенному ритму.

- Скажите, где можно встретить ритм?

- Совершенно верно: день сменяет ночь, лето сменяет весну и т. д.

В нашем организме ритмично работают сердце и легкие, мозговая деятельность также подчинена разным ритмам.

- А что же такое музыкальный ритм?

Ритм – это чередование долгих и коротких длительностей.

Ритм присутствует во всех моментах музыкальной деятельности.

Исследователи К.В. Тарасова, Б. Теплов, К. Орф отмечают, что **ритмическое** воспитание не может быть только зрительным и слуховым,

оно должно быть двигательным. К.В. Тарасова говорит, что в **развитии чувства ритма** должно участвовать все наше тело.

А сейчас я предлагаю вам немного поиграть.

Посмотрите, у меня в руках деревянные палочки «клавесы» - простейший кубинский народный ударный инструмент африканского происхождения: две палочки из твёрдого дерева, при помощи которых задаётся основной ритм.

Музыкальная игра «Два дружка»

1. Кто по мостику пойдёт	стучим клавесами о пол
Мы пойдём	стучим над головой
2. Кто друзей себе найдёт	стучим клавесами о пол
Мы найдём	стучим над головой
3. Вот дружок и вот дружок	показать одну палочку, другую
Красота	стучим над головой
4. Будем вместе танцевать да утра	крутить палочками перед собой
5. Громко ножками стучать, посмотри	стучим клавесами по полу по очереди
6. Тихо ручками шуршать – 1, 2, 3	«шуршим» клавесами друг по другу
ПОВТОРИТЬ ВСЁ СНАЧАЛО.	

А сейчас мы с вами помузыцируем с помощью детских шумовых музыкальных инструментов и предметов, которые встречаются в быту, озвучим стихотворный рефрен, доступный по своей простоте и пониманию. *(показывает инструменты)*

Мы отправляемся в зимний лес.

- Едем, едем на лошадке по лесной дорожке гладкой, (ладошкой по коленям)
- Скок, скок, скок! (деревянные кастаньеты, степлер)
- Санки скрипят (вертушка)
- Бубенчики звенят (бубенцы)
- Едем, едем на лошадке по лесной дорожке гладкой, (ладошкой по коленям)
- Скок, скок, скок! (деревянные кастаньеты, степлер)
- Ветер шумит (маракасы деревянные)
- Дятел стучит (колотушка)
- Едем, едем на лошадке по лесной дорожке гладкой, (ладошкой по коленям)
- Скок, скок, скок! (деревянные кастаньеты)
- Холод, стужа! (треугольник, фужер с палочкой)
- Снег пушистый кружит, кружит! (тарелочки металлические)
- Едем, едем на лошадке по лесной дорожке гладкой, (ладошкой по коленям)
- Скок, скок, скок! (деревянные кастаньеты)
- Белка на ветке орешки всё грызёт цок, цок (жестяная баночка)
- Рыжая лисичка, зайчишку стережёт (лист бумаги смять и шуршать, шуршать пакетом)
- Едем, едем на лошадке по лесной дорожке гладкой (ладошкой по коленям)
- Скок, скок, скок! (деревянные кастаньеты)

- Ехали мы, ехали, наконец, доехали!
С горки ух, (**рубель**)
- В ямку бух! (**тарелочки, крышки от кастрюли**)
- Приехали! (**все вместе играют на инструментах**)

Спасибо, уважаемые коллеги, присаживайтесь на свои места.

(Слайд № 55)

- Посмотрите на наш Дом и скажите, чего ему не хватает? (**Крыши**).
Как вы думаете, почему наш дом не закончен? (*ответы участников*)
Совершенно верно, в течение всей жизни человек развивается, совершенствуется. И каким будет его **Дом Здоровья**, зависит от самого человека.

(Слайд № 56) Может он будет таким, как эта избушка, а может быть прочным, добротным и, даже прекрасным, как этот дворец.

Сегодня мы создали образ, символизирующий единство музыки, речи и движений при помощи интеграции трех областей «Физическое развитие», «Речевое развитие» и «Художественно-эстетическое развитие», которые неразрывно связаны между собой.

Надеемся, что после сегодняшней встречи в вашей педагогической копилке появятся новые игровые приемы по развитию способностей детей. Надеемся, что мы подарили вам массу положительных эмоций, создали у вас хорошее настроение, значительно улучшили ваше самочувствие. **(Слайд № 57)**

СПАСИБО ЗА УЧАСТИЕ, БЛАГОДАРИМ ВАС ЗА ВНИМАНИЕ!