**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №25 «СОЛНЫШКО»**

**Мастер-класс**

**«Использование здоровьесберегающих технологий: “СА-ФИ-ДАНСЕ”, ЧЕРЛИДИНГ в работе с детьми старшего дошкольного возраста»**

Подготовила:

Музыкальный руководитель Гребенникова Т.Л.

2023г.

«Забота о здоровье детей – важнейший труд воспитателя» В. А. Сухомлинский

Во главе педагогических мероприятий, проникая через воспитательную работу, должна стать работа об укреплении здоровья ребенка».

Актуальной становится проблема поиска эффективных путей укрепления здоровья, коррекция недостатков физического развития, профилактики заболеваний и увеличения двигательной деятельности. Решению этой проблемы способствует применение физкультурно-оздоровительных технологий, внедрение современных инноваций в образовательный процесс.

Цель семинара : повысить уровень теоретических знаний педагогов, вооружить практическими навыками проведения работы с детьми по оздоровлению.

Задачи:

1. Расширить знания педагогов с учетом современных требований и социальных изменений по формированию основ физического воспитания и здорового образа жизни.

2. Поиск эффективных форм, использование инновационных подходов и новых технологий при организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.

Как вы думаете, что нужно для увеличения эффективности занятий?

- Правильно, искать новые приемы, которые разнообразили занятия физ. культурой и заинтересовали детей в занятиях. Одним из путей решения этой проблемы является поиск и внедрение инновационных подходов в физкультурно-оздоровительной работе

Любая инновация представляет собой не что иное, как создание и последующее внедрение принципиально нового компонента, вследствие чего происходят качественные изменения среды. Технология, в свою очередь, является совокупностью различных приемов, которые применяются в том или ином деле, ремесле или искусстве. Таким образом, инновационные технологии в ДОУ направлены на создание современных компонентов и приемов, основной целью которых является модернизация образовательного процесса.

Условиями успешной реализации инновационной деятельности являются:

1. индивидуализация оценки уровня психологического, физического и социального развития ребенка.

2. Создание физкультурно-игровой среды, как необходимое условие реализации инновационных технологий.

3. Формирование культуры здоровья детей, родителей и педагогов.

Найти пути формирования двигательной активности средствами инновационных технологий. В качестве содержания дополнительных занятий рекомендуют использовать:

– «Са-Фи-Дансе» – оздоровительно-развивающую программу по танцевально-игровой гимнастике для ДОУ (авторы Ж.Е. Фирилева и Е.Г. Сайкина)

– программу по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» (автор А.И. Буренина)

– программу-технологию «Ритмика и музыка, движение и здоровье» (автор Т.Ф. Корнеева)

Я решила рассказать и в дальнейшем использовать в своей работе технологию “СА-ФИ-ДАНСЕ”.

Танцевально-игровая гимнастика для детей от 3до 7 лет Основной целью технологии является содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики. Обучение этой технологии создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень знаний. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Занятия в технологии «Са-Фи-Дансе» состоят из следующих частей :

•Танцевально-ритмическая гимнастика -Выполнять движения под музыку ритмично. Развивать умение выражать содержание музыки в движении. Обратить внимание на партнера в танце. Представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность В танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: ритмика, гимнастика, танец.

(образно- танцевальные композиции, имеющие сюжетный характер, жесты и пантомимические этюды).

• Игротанец Развивать коммуникативные способности детей, Развивать инициативу при составлении танцевальных композиций. Ходьба по кругу. («кошечка, «цыплята»), Координировать движения рук и ног. Учить прыгать легко, ритмично. Учить танцевальный шаг галопа. Направлен на формирование у воспитанников танцевальных движений. В этот раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений, танцевальные формы.

• Игроритмика Является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку. В этот раздел входят специальные упражнения под музыку и игры. Ходьба и шаги на каждый счет и через счет с хлопками в ладоши. Добиваться ритмичности (разные ритмические сочетания), бодрого шага.

• Игрогимнастика-включает в себя комплекс поз и упражнений, обеспечивающих наилучшие условия для растягивания определенных групп мышц. Считается, что предшественником современного стретчинга являются позы йоги и других древних восточных систем. Служит основой для усвоения ребенком различных видов движений,. В раздел входят строевые, общеразвивающие упражнения, акробатические, направленные на расслабление мышц, дыхательные и укрепление осанки.

• Игровой самомассаж - является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, с музыкальным сопровождением, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления. Является основой для закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение.

• Пальчиковая гимнастика Что дает пальчиковая гимнастика детям? Способствует овладению навыками мелкой моторики. Помогает развивать речь. Повышает работоспособность коры головного мозга. Развивает у ребенка психические процессы: мышление, внимание, память, воображение. Снимает тревожность.

• Музыкально-подвижные игры дети обладают ярко выраженной чувствительностью, поэтому способны эффективнее воспринимать музыку, нежели взрослые люди. Они более открыты и эмоциональны, за счет этого могут уловить все мельчайшие подробности музыкальных произведений. Музыкальные игры для детей могут стать тем самым мостиком в богатый мир мелодий. Содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования. Такие занятия отличаются от классических высоким эмоциональным фоном, способствующим развитию мышления, воображения, эмоционально-двигательной сферы и творческих способностей детей. Данная технология развивает многие мышцы, гибкость и выносливость приносит детям радость и удовольствие.

(видео)

Современные дети испытывают «двигательный дефицит», проводя большую часть времени в статичном положении (за столами, телевизорами, компьютерами). Это вызывает утомление определенных мышечных групп, а как следствие, нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку в развитии основных физических качество: быстроты, ловкости, координации движений, выносливости. А ведь детство – лучшее время для формирования привычки «быть в форме». Главная задача взрослых выработать у детей такую привычку, создать все необходимые условия для утоления «двигательного голода», найти новые подходы к физическому воспитанию и оздоровлению дошкольников.

В настоящее время появилось новое направление – черлидинг – зажигательные спортивные танцы с помпонами, сочетающие элементы акробатики, гимнастики, хореографии и танцевального шоу. «Черлидинг» – зажигательные спортивные танцы с помпонами, сочетающие элементы акрабатики, гимнастики, хореографии и танцевального шоу. Черлидинг развивает творческие и двигательные способности и навыки дошкольников, позволяет увеличить объем двигательной активности в режиме дня, формирует навыки общения в коллективной деятельности.

(видео)

Заключение

Инновационная деятельность в преподавании физической культуры предполагает такой процесс и результат учебной деятельности, который стимулирует вносить изменения в существующую культурную и социальную среду. Это позволяет рассматривать инновационную деятельность как прогрессивное преобразование, приводящее к положительным изменениям в учебном процессе и ведущее к новым формам образовательной деятельности.

Результаты применения инновационных здоровье сберегающих технологий в ДОО :

1. Повышение уровня физической подготовленности и развития физических качеств у дошкольников.

2. Снижение уровня заболеваемости детей с помощью нетрадиционных форм оздоровления.

3. Потребность в ведении здорового образа жизни у детей и родителей.

4. Формирование у родителей представления о физических возможностях детей.