

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№4 «Светлячок» Чистоозерного района Новосибирской области

КОНСПЕКТ
Мастер-класс для педагогов
«Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»

Подготовила и провела: Красюк Т.М.
инструктор по физ-ре.

2019г

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

Задачи:

раскрыть значение здоровьесберегающих технологий;

познакомить с методикой их проведения;

поделиться личным опытом работы по сохранению здоровья дошкольников;

распространить педагогический опыт по применению здоровьесберегающих технологий;

познакомить педагогов с элементами здоровьесберегающих технологий с целью повышения их профессиональной компетентности.

Ход мастер – класса:

Вступление:

-Здравствуйте, уважаемые коллеги!

Начать нашу встречу мне хотелось бы с игры - знакомство. Так как мы с вами уже знакомы, остается себя (свое имя) охарактеризовать кратко. Те, у кого в руках мяч, называет свое имя и прилагательное на первую букву своего имени, которое бы его характеризовало во взаимодействии с другими людьми. Например, НАТАЛЬЯ - НАСТОЙЧИВАЯ, Марина - МИРОЛЮБИВАЯ и т.д.

Итак, с прекрасным настроением и позитивными эмоциями мы начинаем мастер-класс «Здоровьесберегающие технологии для укрепления здоровья детей дошкольного возраста». Для начала мы с вами проведем *упражнение*, которое называется “*Воздушный шар*” (о ценности здоровья для человека).

Нарисуйте воздушный шар, который летит над землей. Дорисуйте человечка в корзине воздушного шара. Это Вы. Вокруг Вас ярко светит солнце, голубое небо. Напишите, какие 9 ценностей важные для Вас настолько, что Вы взяли бы их с собой в путешествие (например, деньги, здоровье, семья, работа, любовь и др.). А теперь представьте, что ваш воздушный шар начал снижаться и грозит скоро упасть. Вам нужно избавиться от балласта, чтобы подняться вверх. Сбросьте балласт, то есть вычеркните 3 слова из списка. Но шар всё равно снижается и надо ещё сбросить некоторый балласт и вычеркнуть ещё 3 слова из списка. Что вы оставили в списке? Все оставили здоровье, а здоровье детей для нас взрослых еще важнее **Слайд 2**

Здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

(Всемирная Организация Здравоохранения) **Слайд 3**

Януш Корчак писал: «Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать.

*Давайте вспомним, какие виды здоровья бывают: **Слайд 4 -5 -6***

Пришло время новых технологий, назначение которых - объединить педагогов, психологов, медиков, родителей и самое главное – самих детей на сохранение, укрепление здоровья. Эти технологии получили название «здоровьесберегающие». Что же такое «здоровьесберегающие технологии»? **Слайд 7**

Здоровьесберегающие технологии - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Здоровьесберегающая технология – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и медицинского работника. **Слайд 8**

Цели здоровьесберегающих образовательных технологий:

- обеспечить дошкольнику возможность не только сохранения здоровья, но и его укрепления;
- сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

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

Слайд 10 -11:

Формы организации здоровьесберегающей работы:

1. *Физкультурные занятия* - это организованная форма обучения. Проводятся 2 раза в неделю в группе и один раз на прогулке.
2. *Утренняя гимнастика* - это важный элемент двигательного режима, средство для поднятия эмоционального тонуса детей.
3. *Подвижные и спортивные игры* - это игры с правилами, где используются естественные движения и достижение цели не требует высоких физических напряжений.
4. *Пальчиковая гимнастика* - это тренировка тонких движений пальцев и кисти рук.
5. *Артикуляционная гимнастика* - это упражнения для формирования правильного произношения: выработки полноценных движений губ, языка, челюсти.
6. *Гимнастика для глаз* - это упражнения для снятия глазного напряжения.
7. *Физкультминутки* - это динамические паузы для профилактики переутомления на занятиях интеллектуального цикла.
8. *Бодрящая гимнастика* - это переход от сна к бодрствованию через движения.
9. *Корректирующая гимнастика* - это система индивидуальных заданий, направленных на развитие и коррекцию конкретных видов движений и мышц.
10. *Физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами.*
11. *Физкультурные прогулки.*

13. Спортивные праздник

14. Самомассаж

15. Релаксация

Рассмотрим с Вами некоторые из данных форм на практике:

Утренняя гимнастика проводится ежедневно 6-8 мин. с музыкальным сопровождением.

Комплекс зарядки

Вот проснулись! Потянулись!

С боку набок повернулись!

Сели, встали, сели, встали.

Побежали шишку взяли (*дети бегут к корзинке, берут шишку и возвращаются на место*).

Наклонились, положили.

Улыбнулись, повторили.

Наклонились, положили.

Наклонились в руки взяли.

Руки вместе, руки шире.

Мы попрыгаем немножко,

Пусть сильнее будут ножки.

Продолжаем физзарядку,

Все движенья по порядку.

Руки вверх и ноги вместе,

Продолжаем, шаг на месте.

Отдохнули, потянулись.

И все вместе улыбнулись!

Физкультурные занятия проводятся 2 раза в неделю по 15 мин. в соответствии программой, по которой работает ДООУ. Они направлены на обучение двигательным умениям и навыкам. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета.

Самомассаж - это массаж, выполняемый самим ребёнком. Он улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, улучшить осанку.

Есть на пальцах наших ногти,

на руках – запястья, локти,

Темя, шея, плечи, грудь

И животик не забудь!

Бёдра, пятки, двое стоп,

Голень и голеностоп.

Есть колени и спина,

Есть у нас на голове
уша два и мочки две.
Брови, скулы и виски,
И глаза, что так близки.
Щёки, нос и две ноздри,
Губы, зубы – посмотри!
Подбородок под губой
Вот что знаем мы с тобой!

«Дождик».

Дети встают друг за другом, руки на спине соседа.
Дождик капает по крыше, бом – бом – бом!
(легко хлопают по спине ладошками)
По весёлой звонкой крыше, бом – бом – бом!
(перебирают пальчиками по спине)
Дети, дома посидите! Бом – бом – бом!
(легко стучат по спине кулачками)
Никуда не выходите! Бом – бом – бом!
(по спине водят рёбрами ладоней)
Поиграйте, посчитайте, бом – бом – бом!
(Руками массируют плечи соседа)
А уйду, тогда гуляйте! Бом – бом – бом!
(глядят ладошками по спине)

Подвижные и спортивные игры проводятся ежедневно как часть физкультурного занятия, а также на прогулке, а в групповой комнате проводятся игры малой и средней степени подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом детей, местом и временем её проведения.

«Прятки» (проводиться игра со взрослыми).

(Дети накрываются прозрачной тканью)

Медведь:

Я хожу, хожу, хожу.

Деток я не нахожу.

Ну куда же мне пойти,
чтобы деток мне найти.

Что же это за гора?

Да шевелится она!!!

(подходит к детям, заглядывает и рычит, а дети разбегаются на стулья).

Релаксация. Для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения. Наша задача состоит не

ощущать свои эмоции, управлять своим поведением, слышать своё тело. С этой целью в своей работе я использую упражнения на расслабление определенных частей тела и всего организма. Используется для работы спокойная классическая музыка, звуки природы. Выполнение таких упражнений очень нравится детям, т. к. в них есть элемент игры. Они быстро обучаются этому непростому умению расслабляться.

Упражнение «Любопытная Варвара»

Чтобы снять напряжение с шеи и мышц плечевого пояса сделаем релаксирующее упражнение.

Любопытная Варвара

Смотрит влево ...

Смотрит вправо.

А потом опять вперед —

Тут немного отдохнет.

Шея не напряжена, а расслаблена».

А Варвара смотрит вверх!

Выше всех, все дальше вверх!

Возвращается обратно —

Расслабление приятно!

Шея не напряжена

И расслаблена».

А теперь посмотрим вниз —

Мышцы шеи напряглись!

Возвращаемся обратно —

Расслабление приятно!

Шея не напряжена

И расслаблена».

Динамические паузы (физминутки) проводятся во время занятий в течение 2-5

минут, по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой и других в зависимости от вида занятия.

Пальчиковая гимнастика

«Соки». Загибаем пальчик при произнесении названия каждого сока на одной, а затем на другой, начиная с мизинца:

На здоровье соки пейте,

Но ни капли не пролейте:

Апельсиновый, вишнёвый,

Виноградный, грушевый,

Абрикосовый, клубничный,

Вкус у каждого отличный!

Можно выпить сок томатный,

Он особенно приятный.

Сок моркови и граната

Так полезен вам, ребята!

(Показываем большой палец.)

«Медведь». Медленно засовывайте платочек одним пальцем в кулак.

Лез медведь в свою берлогу,

Все бока свои помял,

Эй, скорее на подмогу,

Мишка, кажется, застрял!

Теперь можно с силой вытянуть платочек из кулака, затем повторить сначала.

Я смотрю, вам уже не терпится придумать или показать что-то самим. Может кто-то из Вас поделится своим вариантом пальчиковой игры, которую вы используете при работе с детьми? Если произойдёт заминка, то лучше предложить педагогам уже готовое задание.

Задание для педагогов

У каждой команды лист с текстом пальчиковой гимнастики. Командам нужно придумать движения и продемонстрировать гимнастику в соответствии с текстом.

1 команде

Сбил, сколотил –

вот колесо.

Сел да поехал.

Ах, хорошо!

Оглянулся назад –

одни спицы лежат.

2 команде

Жил-был зайчик длинные ушки.

Отморозил зайчик носик на опушке.

Отморозил носик, отморозил хвостик

И поехал греться к ребятишкам в гости.

Там тепло и тихо, волка нет,

И дают морковку на обед.

Массаж ладоней и пальцев рук:

Массаж пальцев (с большого и до мизинца). Растирают сначала подушечку пальца, затем медленно опускаются к его основанию. Такой массаж желательно сопровождать весёлыми рифмовками (приговорками).

Грабли в руки мы возьмём,

И немного погребём.

Быстро руки отряхнём,

Чисто вымоем потом.

Вытрем сухо-сухо руки,

Массаж ладоней шестигранным карандашом. Грани карандаша легко покалывают ладони и активизируют нервные окончания, снимают напряжение. Одним из видов нетрадиционного массажа является массаж с помощью карандашей.

Упражнение « Утюжок».

Толстый карандаш положить на стол, прогладить его сначала одной ладонью, потом другой, покатавать карандаш по столу в разных направлениях.

Карандаш я покачу
вправо-влево – как хочу.

Упражнение « Добывание огня».

Положить шестигранный карандаш на ладошку, прикрыть его другой ладонью и прокатить между ладонями сначала медленно, потом быстрее от кончиков пальцев к запястьям.

Упражнение « Волчок».

Вращать длинный тонкий карандаш на столе указательным и большим пальцами сначала одной руки, а потом другой. Выполнять вращение большим и средним пальцами.

Упражнение « Вертолёт».

Вращать длинный тонкий карандаш между большим, указательным и средним пальцами. Пусть он вращается быстро, как винт вертолёта!

Отправляется в полёт
необычный вертолёт.

Упражнение «Скольжение»

Продвигаться вверх и вниз по длине шестигранного карандаша, уперев острым концом в стол, перехватывая его пальцами.

По карандашу скольжу,
Съехать вниз скорей спешу.

Массаж рук колечками. Пять небольших колечек надеваем по одному на каждый пальчик левой руки, затем на каждый пальчик правой. Надевая, называем пальчики: большой, указательный и т.д.

Массаж грецкими орехами:

- Катать два ореха между ладонями;
- Прокатывать один орех между ладонями;
- Удерживать несколько орехов между растопыренными пальцами ведущей руки;
- Удерживать несколько орехов между пальцами обеих рук.

Массаж с прищепками

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

Кусается сильно котёнок-глупыш,
Он думает: это не палец, а мышшь.

—А будешь кусаться — скажу тебе «кыш!».

Массаж ладоней массажными мячиками по методу Су – Джок терапии.

Цель массажа: воздействовать на биологически активные точки по системе Су - Джок, стимулируя речевые зоны коры головного мозга.

Су - Джок терапия – это последнее достижение восточной медицины. В переводе с корейского языка Су – кисть, Джок – стопа. Су Джок –терапия оказывает воздействие на биоэнергитические точки с целью активизации защитных функций организма и направлена на воздействие зон коры головного мозга с целью профилактики речевых нарушений.

Сейчас мы выполним массаж пальцев рук «Су-Джок» он будет представлен в стихотворной форме. Данный массаж выполняется специальным массажным шариком. Я буду проговаривать текст, и показывать движения, а вы повторяйте за мной.

Катится колючий ёжик, нет ни головы ни ножек

По ладошке бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит.

(катаем шарик слегка сжимая ладонями прямыми движениями между ладонями)

Мне по пальчикам бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит.

Бегает туда-сюда, мне щекотно, да, да, да.

(движения по пальцам)

Уходи колючий ёж в тёмный лес, где ты живёшь!

(кладём в ладонь шарик и берём подушечками пальцев)

Спасибо, молодцы, у вас получилось.

Массаж ладоней

Ежик колет нам ладошки,

Поиграем с ним немножко.

Если будем с ним играть —

Ручки будем развивать.

Ловкими станут пальчики,

Умными — девочки, мальчики.

Ежик нам ладошки колет,

Руки нам готовит к школе.

Массаж с разными крупами и бусами. Перебирание круп или бусинок развивает пальцы, успокаивает нервы. В это время можно считать количество бусинок. Проводится под присмотром взрослого.

Гимнастика для глаз проводится в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога.

Гимнастика для глаз: «Солнышко»

Солнышко вставало, солнышко тучки считало.

Посмотрело вверх, посмотрело вниз,

Вправо, влево, глазками поморгало

И закрыло глазки, не хочется солнышку просыпаться!

Но просыпаться надо.

Солнышко проснулось, к щёчкам прикоснулось.

(Дети гладят себя по щекам).

Лучиками провело и погладило, и погладило.

(Дети гладят себя по голове).

Если мы хотим, чтобы у наших детей было хорошее зрение, мы должны на своих занятиях уделять достаточно много времени гимнастике для глаз.

С успехом в своей работе использую элементы *точечного массажа*. Учёным давно известно, что есть связь между участками кожи и внутренними органами. В результате точечного массажа укрепляются защитные силы организма. И он сам начинает вырабатывать «лекарства», которые намного безопаснее таблеток.

«Взяли ушки за макушки»

(самомассаж ушной раковины выполняется большим и указательными пальцами – большой палец находится сзади)

Взяли ушки за макушки

(большим и указательным пальцами с обеих сторон)

Потянули...

(несильно потянуть вверх)

Пощипали...

(несильные нажимы пальцами, с постепенным продвижением вниз)

Вниз до мочек добежали.

Мочки надо пощипать:

(пощипывание в такт речи)

Пальцами скорей размять...

(приятным движением разминаем между пальцами)

Вверх по ушкам проведём

(провести по краю уха, слегка сжимая большим и указательным пальцами)

И к макушкам вновь придём.

А сейчас я хочу познакомить вас с ещё одним методом - *кинезиология*.

Кинезиология – наука о развитии головного мозга через определённые двигательные упражнения. Основателями кинезиологии являются американские педагоги, доктора наук Пол и Гейл Деннисоны.

Упражнение с педагогами:

«Кулак-ребро-ладонь»

«Кулак-ребро-ладонь» - четыре положения руки на плоскости последовательно сменяют друг друга. Выполняется сначала правой рукой, затем левой рукой. Затем двумя руками одновременно.

Ладоньки вверх,

Ладоньки вниз,

А теперь их на бочок-

И зажали в кулачок.

Дыхательная гимнастика проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

Хочу вас познакомить с некоторыми игровыми приёмами дыхательной гимнастики. Дыхательные упражнения проводятся со стихотворным и музыкальным сопровождением. Я предлагаю один из многих комплексов упражнений, который можно проводить с детьми младшего дошкольного возраста:

«ПЕТУШОК»

Крыльями взмахнул петух,

Всех нас разбудил он вдруг.

Встать прямо, ноги слегка расставить,

руки в стороны-(вдох), а затем хлопнуть

ими по бёдрам, выдыхая произносить «ку-ка-ре-ку»

повторить 5-6 раз.

- А сейчас я вижу, как вам самим не терпится придумать что-то новое, подберите к стихам дыхательные упражнения.

1 команде

Самолётик - самолёт (малыш разводит руки в стороны ладошками вверх, поднимает голову, вдох)

Отправляется в полёт (задерживает дыхание)

Жу- жу -жу (делает поворот вправо)

Жу-жу-жу (выдох, произносит ж-ж-ж)

Постою и отдохну (встает прямо, опустив руки)

Я налево полечу (поднимает голову, вдох)

Жу – жу – жу (делает поворот влево)

Жу- жу –жу (выдох, ж-ж-ж)

Постою и отдохну (встаёт прямо и опускает руки).

2 команде

Носиком дышу, дышу свободно, глубоко и тихо,

Как угодно.

Выполню задание,

Задержу дыхание...

Раз, два, три, четыре

Снова дышим: глубже, шире.

Где же мы можем использовать дыхательную гимнастику? Да, в различных режимных моментах: как часть физкультурного занятия, в музыкальной образовательной деятельности, в утренней гимнастике, после дневного сна, на прогулке, в игровой деятельности и т. д. Упражнения дыхательной гимнастики

помещении. Предварительно надо проследить, чтобы дети сделали процедуру очищения носовой полости.

Внимание: Дыхательную гимнастику не рекомендуется делать детям, имеющим травмы головного мозга, травмы позвоночника, при кровотечениях, при высоком артериальном и внутричерепном давлении, пороках сердца и при некоторых других заболеваниях!

Бодрящая гимнастика проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В её комплекс входят упражнения на кроватках на пробуждение, упражнения на коррекцию плоскостопия (хождение по корригирующим дорожкам), воспитания правильной осанки, обширное умывание.

Глазки открываются,
Глазки просыпаются,
Потягушки — ножки,
Потягушки — пяточки,
Ручки и ладошки,
Сладкие ребяточки!

Технологии обучения здоровому образу жизни:

Активный отдых. При проведении досугов, праздников все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания, при этом дети ведут себя более непосредственно, чем на физкультурном занятии, и эта раскованность позволяет им двигаться без особого напряжения. При этом используются те двигательные навыки и умения, которыми они уже прочно овладели, поэтому у детей проявляется своеобразный артистизм, эстетичность в движениях.

На участке детского сада имеется спортивное оборудование, которое позволяет обеспечить максимальную двигательную активность детей на прогулке.

Артикуляционная гимнастика – это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе. Артикуляционная гимнастика выполняется с детьми ежедневно 3-4 раза в день по 3 - 5 минут, желательно перед зеркалом. Не следует предлагать детям более 2-3 упражнений за один раз. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определённую последовательность, идти от простых к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.

Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребёнка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении. Начинать надо с упражнений для губ.

Технология музыкального воздействия. Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния (от умиротворенности, покоя и гармонии до беспокойства, подавленности или агрессии). В связи с этим важно обратить внимание на то, какую музыку слушаем мы и наши дети. При использовании музыки помню об особенностях воздействия характера мелодии, ритма и громкости на психическое состояние детей. Широко использую музыку для сопровождения учебной деятельности дошкольников (на занятиях по изобразительной деятельности, конструированию, ознакомлению с окружающим миром и т.д.) Спокойная музыка, вызывающая ощущения радости, покоя, любви, способна гармонизировать эмоциональное состояние маленького слушателя, а также развивать концентрацию внимания. Также музыку использую перед сном, чтобы помочь с трудом засыпающим детям успокоиться и расслабиться. Когда дети лягут в постель, включаю спокойную, тихую, мелодичную, мягкую музыку и прошу их закрыть глаза и представить себя в лесу, на берегу моря, в саду или в любом другом месте, которое вызывает у них положительные эмоции. Обращаю внимание детей на то, как расслабляется и отдыхает каждая часть их тела.

Сказкотерапия – используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. Сказки не только читаем, но и обсуждаем с детьми. Дети очень любят «олицетворять» их, обыгрывать. Для этого используем кукольный театр, ролевые игры, в которых дети перевоплощаются в разных сказочных героев. Дети также сами сочиняют сказки, ведь придуманная сказка ребёнком, открывающая суть проблемы - основа сказкотерапии. Через сказку можно узнать о таких переживаниях детей, которые они сами толком не осознают, или стесняются обсуждать их со взрослыми.

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.

В процессе организации единого здоровьесберегающего пространства ДОУ и семьи, используем разнообразные формы работы: открытые занятия с детьми для родителей; педагогические беседы на родительских собраниях; консультации; Дни открытых дверей; участие родителей в подготовке и проведении праздников, анкетирование, домашнее задание. Наглядные стенды знакомят родителей с жизнью группы, с возрастными физиологическими особенностями детей, широко используется информация в родительском уголке, в папках-передвижках («Развитие ребёнка и его здоровье», «Игры с движениями», «Движение - основа здоровья», «Формирование правильной осанки и профилактика её нарушений», «Зимние игры с ребёнком» и т.д.).

Итог мастер- класса

- Уважаемые коллеги, я поделилась с вами вариативностью использования в своей работе разнообразных методов и приёмов для сохранения и укрепления здоровья младших дошкольников. Я могу с уверенностью сказать, что они оказывают положительное воздействие на здоровье моих воспитанников во всех смыслах этого слова, у детей повышается работоспособность, улучшается качество образовательного процесса, они всегда в хорошем настроении, а это для меня самое главное.

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 откроем глаза, улыбнёмся и подарим друг другу немного света и тепла своего сердца.

А мне остаётся только поблагодарить Вас за внимание и за работу.

Вы прекрасно потрудились, будьте всегда здоровы Вы и я желаю здоровья вашим воспитанникам и детям! Спасибо за внимание!

Литература:

1. Подольская Е.И., Формы оздоровления детей 4 - 7 лет, Издательство «Учитель», 2008.
2. Крылова Н.И., Здоровьесберегающее пространство в ДОУ, Издательство «Учитель», 2008.
3. Кареева Т.Г. , Формирование здорового образа жизни у дошкольников, Издательство «Учитель», 2009.
4. Горбатенко О.Ф., Кадрильская Т.А., Попова Г.П., Физкультурно-оздоровительная работа, Издательство «Учитель», 2007.
5. Арсеньевская О.Н., Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду, Издательство «Учитель», 2009.
6. Тарасова Т.А., Власова Л.С., Я и мое здоровье. - М.: Школьная Пресса, 2008.
7. Белая К.Ю. Инновационная деятельность в ДОУ: Методическое пособие.- М.: Т.Ц. Сфера, 2005.