



**МБДОУ № 143 «Золотая рыбка»
Комбинированного вида**

Семинар – практикум

**«Использование сюжетно - ролевых
игр в здоровьесбережении детей»**

Подготовили:

***учитель – логопед Шишмарева Э.Б.
воспитатели старшей группы
Савичева В.П., Заридзе Ю.И.***

**г. Улан – Удэ
2021 год**



Здоровый образ жизни (ЗОЖ)

это устойчивый стереотип поведения человека, направленный на сохранение и укрепление здоровья, продление жизни.



Понятие
ЗОЖ включает все положительные
стороны деятельности людей:

- ❖ удовлетворенность трудом,
- ❖ активная жизненная позиция,
 - ❖ социальный оптимизм,
- ❖ высокая физическая активность,
 - ❖ устроенность быта,
- ❖ отсутствие вредных привычек,
- ❖ высокая медицинская активность и т.д.



Тест «В хорошей ли вы форме?»

Тест поможет вам определить, насколько ваш распорядок дня помогает поддерживать хорошую физическую форму.



**Подведите итог: за ответ «да» - 1 очко,
за ответ «нет» – 2 очка.**

14-20 – Ваш образ жизни почти наверняка достаточно активен для того, чтобы вы были в хорошей форме.

7-13 – Вероятно, вы находитесь в довольно приличной форме физической, но вам ещё далеко до совершенства.

Постарайтесь найти время для ежедневных физических нагрузок.

6 и менее – Похоже, у вас не очень активный образ жизни, а ведь любая физическая нагрузка идёт только на пользу.

Постарайтесь больше гулять
и быть в движении,
а не сидеть на месте.

The background features a bright blue sky with a large yellow sun and white clouds. A large white cloud with a red outline contains the text. Six cartoon children are depicted: three at the top (two girls and one boy) and three at the bottom (two girls and one boy), all smiling and waving. A large blue arrow points downwards from the bottom of the white cloud.

«Дождь здоровья»

Перед вами набор различных слов.
Нужно все эти слова разделить на три группы
здоровьесберегающих технологий.
Из каждой тучки идет целительный дождик здоровья.
У каждой тучки свое название – вид технологий.
Вам нужно распределить технологии по группам.

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая, минутки вхождения в день и минутки шалости, кинезиологические упражнения.

2. Технологии обучения здоровому образу жизни:

физкультурное занятие, проблемно-игровые ситуации (игротерапия), коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», самомассаж.

3. Коррекционные технологии:

арттерапия, технологии музыкального воздействия (музыкотерапия, танцевально-двигательная терапия), сказкотерапия, технологии воздействия цветом - цветотерапия, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика.



Сюжетно – ролевая игра

Мир дошкольного детства тесным образом связан с игрой. Что такое игра? Это жизненно важная потребность ребенка, познающего мир. Сюжетно-ролевая игра - хозяйка игрового процесса. В игре ребенок формируется как личность, у него формируются качества, от которых впоследствии будет зависеть успешность его учебной и трудовой деятельности, его отношения с людьми.



Алгоритм организации сюжетно-ролевых игр

Подготовка к игре: составление плана-сюжета игры, оборудование места, подготовка атрибутов.

Ход игры: распределение ролей, создание воображаемой ситуации, введение новых игровых ситуаций, напоминание о взаимоотношениях, поощрение вежливости.

Окончание игры: краткий итог работы в ролях.



***Сюжетно-ролевые игры на тему
здорового образа жизни***

Семья учит малыша чистить зубы

Собираемся на прогулку

На дорогах города

Мы спортсмены

Поликлиника

Готовим обед

Фитнес клуб

Больница

Магазин

Повара

Аптека



*Элементы сюжетно-ролевой игры
можно использовать в разных
режимных моментах*

Весёлая зарядка

Елена Харченко,
педагог-организатор

1

Тигрёнок глазки открывает,
С кровати весело встаёт.
Зарядку делать начинает,
С собою мячик он берёт.



5

На пол мячик положил,
Приседанья выполняет.
За спиною он следит,
Пятки от пола не отрывает.



2

На пол мячик положил,
Руки на пояс поставил,
Головою покрутил,
Вверх и вниз свой
Взгляд направил.



6

На одной ножке тигрёнок скачет,
Руки на поясе держит он.
Теперь на другой скачет,
Словно мячик,
Тигрёнок просто чемпион.



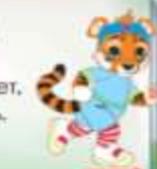
3

А теперь он потянулся
И опять к земле нагнулся.
Ты тигрёнку помогай
И без дела не зевай.



7

Тигрёнок бегать начинает,
Его попробуй ты догнать.
Колени вверх он поднимает,
И ты попробуй так поднять.



4

Мяч у тигрёнка над головой,
Он наклоны выполняет,
Не забывает следить
За спиной
И улыбаться не забывает.



8

Выдох и вдох глубокий сделай,
Мячик в угол положи.
Ты иди на завтрак смело
И тигрёнка пригласи.



1

Вышел на зарядку котик,
Подтянул он свой животик,
К небу потянулся
И к земле нагнулся.



5

Мышка испугалась,
Быстро убегает,
Ну а котик прыгать
За нею начинает.



2

Направо повернулся,
Налево посмотрел,
Свой пушистый хвостик
Поймать он захотел.



6

Хочет котик лапкою
Спинку почесать,
Хочет он до спинки
Лапкою достать.



3

Поднимает лапки
Котик наш хороший
И над голову
Хлопает в ладоши.



7

Лапками наш котик
Весело вращает,
Это он, ребята,
В «мельницу» играет.



4

А теперь наш котик
Быстро прысел,
Серую мышку
Поймать захотел.



8

Котик бегать начинает,
Мышка тоже убегает.



1

Зелёная лягушка,
Весёлая квакушка
На зарядку пришла
И скакалку принесла.



5

Лягушка ножки
Разминает –
Приседания
Выполняет.



2

Держит скакалку
Над головой,
Наклонится вперёд
С ровной спиной.



6

Выпады делает
Лягушка,
Помогай скорей
Квакушке.



3

На полу скакалку
Лягушка оставляет
И, как мельница, руками
Вращать начинает.



7

Очень уж любит
Лягушка скакать,
Попробуй-ка ты
Квакушку догнать.



4

Влево повернулась,
Вправо повернулась,
Всем своим друзьям
Лягушка улынулась.



8

Здорово мы поскакали,
Ножки хорошо размяли,
Можно нам и поиграть,
Как лягушка покринать.





Физкультминутки



Мы листики осенние,
На ветках мы сидим,
Дунул ветер — полетели,
Мы летели, мы летели,
И на землю тихо сели.
Ветер снова набежал,
И листочки все поднял.

Жарким днем лесной тропой
Звери шли на водопой.
За мамой-лосихой топал лосенок,
За мамой-лисицей крался лисенок,
За мамой-белкой скакали бельчата,
За мамой-зайчихой — косые зайчата.
Волчица вела за собою волчат,
Все мамы и дети напиться хотят.



Мы капусту рубим, рубим,
Мы морковку трем, трем,
Мы капусту солим, солим,
Мы капусту жмём, жмём.



Растяжки

“Снеговик”

“Дерево”

“Тряпичная кукла и солдат”

“Сорви яблоки”

«Яйцо»



***Сюжетно – ролевые игры по
художественным произведениям***



***Сюжетно – ролевая игра по
русской народной сказке
«Репка»***





**Сюжетно – ролевая игра
«Олимпийские игры»**



Играя с детьми в сюжетно-ролевые игры мы не только доставляем им радость от игры, но и сохраняем, и укрепляем их здоровье. Ведь игра для ребёнка – это праздник.



Спасибо за внимание!