МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №1 «РОМАШКА» С.П.НАДТЕРЕЧНЕНСКОЕ НАДТЕРЕЧНЫЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН

(МБДОУ «Детский сад №1 «Ромашка»)

**Мастер-класс инструктора по физической культуре «Здоровый педагог — здоровые дети!»**

**Инструктора по физической культуре: Бураевой З.Д.**

 **Цель:** повышение компетенции **педагогов по физическому развитию с использованием спортивного оборудования**.

Здравствуйте, уважаемые коллеги!

Крикните громко и хором, друзья,

Помочь откажетесь мне? (Нет или да)

Деток Вы любите? Да или нет?

Пришли Вы на **мастер-класс**,

Сил совсем нет…

Вам лекции хочется слушать здесь? (Нет)

Я Вас понимаю…

Как быть господа?

Проблемы детей решать нужно нам? (Да)

Дайте мне тогда ответ

Помочь откажетесь мне? (Нет)

Последнее спрошу Вас я:

Активными все будете (Нет или да)

Итак, с прекрасным настроением и позитивными эмоциями мы начинаем **мастер-класс.**

**Первый этап** – «Свет мой, зеркальце, скажи».

Вы мечтали когда-нибудь найти клад или владеть сокровищем?

Во все времена здоровье считалось эквивалентом красоты, а красота – признаком здоровья. Помните содержание сказки А. С. Пушкина «О мертвой царевне и семи богатырях»? Чтобы удостовериться в своей красоте, царица доставала волшебное зеркальце и спрашивала у него: «Свет мой, зеркальце, скажи, да всю правду доложи. Я ль на свете всех милее, всех румяней и белее?». С помощью вот этого зеркальца предлагаю узнать ответ на вопрос «Что такое здоровье?» (Каждый участник **мастер-класса**, глядя в зеркальце, дает свою формулировку понятия «ЗДОРОВЬЕ», передавая зеркальце друг другу.

Одним словом – «ЗДОРОВЬЕ» - это состояние полного **физического**, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней.

**Второй этап.** «Я работаю над своим здоровьем». Я буду задавать Вам вопросы. Если ответ положительный, то Вы делаете шаг вперед, если ответ отрицательный – остаетесь на месте:

- я ежедневно делаю утреннюю гимнастику;

- я ежедневно совершаю прогулки перед сном;

-я посещаю бассейн или тренажерный зал;

- я периодически провожу разгрузочные дни;

- у меня отсутствуют вредные привычки;

-я соблюдаю режим дня;

- я правильно питаюсь;

- я эмоционально уравновешен;

- я выполняю профилактику заболеваний.

Итак, кто из Вас оказался рядом с бесценным сокровищем «ЗДОРОВЬЕ»? Это упражнение помогает наглядно увидеть, на правильном ли вы пути, помогаете ли вы себе в укреплении здоровья, ведете ли здоровый образ жизни.

**Третий этап.** А мы с Вами продолжаем наш **мастер-класс**. Предлагаю вам новые витамины «РМОВИТ». Витамины получит каждый, но они не простые. (Участникам раздают витамины)

В каждой витаминке есть номерок и сейчас я попрошу выйти участников с номером 1.

1. Вам предлагается разновидность игры «Кольцеброс» - **развивает глазомер**, ловкость; воспитывает дорборожелательнось.

На опушке ёж гулял,

Все колечки растерял.

На опушку мы пойдем

Ежу колечки соберем.

Участники по очереди набрасывают кольца ежу на колючки.

 Витаминкам под номером 2 предлагаем поиграть в теннис.

2. Игра «Теннис» - **развивает глазомер**, двигательную активность, координацию движений; воспитывает интерес к **спорту**.

3. Сейчас попрошу выйти витаминки с номером 3.

Я предлагаю вам игру «Шар затейник» - учит прыгать в высоту; **развивает глазомер**, ловкость; воспитывает интерес к игре.

Участники получают жучков на липучке, в прыжке их нужно прилепить к цветам, которые находятся на шаре.

**Четвертый этап**. Эстафета «Быстрые и ловкие».

- «С кочки на кочку».

- «Дружные плечи».

- «Бег боком».

- «Пролезь в обруч».

 Теперь я предлагаю вам сесть поудобней и послушать заключительное задание.

Сначала я прочту Вам стихотворение про «Здоровье».

Следует, девчата, знать

Нужно все подольше спать.

Ну а утром не лениться-

На зарядку становиться!

Чистить зубы, умываться,

И почаще улыбаться,

Закаляться, и тогда

Не страшна тебе хандра.

У здоровья есть враги,

С ними дружбы не води!

Среди них тихоня лень,

С ней борись ты каждый день.

Чтобы ни один микроб

Не попал случайна в рот,

Руки мыть перед едой

Нужно мылом и водой.

Кушать овощи и фрукты,

Рыбу, молоко продукты-

Вот полезная еда,

Витаминами полна!

На прогулку выходи,

Свежим воздухом дыши.

Только помни при уходе:

Одеваться по погоде!

Ну, а если уж случилось:

Разболеться получилось,

Знай, к врачу тебе пора.

Он поможет нам всегда!

Вот тебе добрые советы,

В них и спрятаны секреты,

Как здоровье сохранить.

Научись его ценить!

 Уважаемые коллеги! Перед Вами «Дерево цели и пожеланий». Я хочу задать Вам последний вопрос:

- Что Вы ждали от этого **мастер**-класса и оправдались ли Ваши ожидания? Если Вы получили, то что хотели, то поместите листочек вверху на ветвях. Если наполовину, то на стволе. Если же не получили ничего, то оставьте листочек на корнях дерева.

 Теперь я поняла, что в моём коллективе работают только здоровые педагоги, потому что вес задание вы выполнили на отлично.

Если у нас здоровый педагог значит у нас здоровые дети.

Мне остается только поблагодарить участников за внимание и за работу. Творческих всем успехов!

**Самоанализ**

Мастер- класса по физической культуре на тему: «Здоровый педагог — здоровые дети!»

 Инструктора по физической культуре: Бураевой З.Д.

 Мастер – класс был проведён с целью, чтобы повысить профессиональное мастерство педагогов по физическому развитию с использованием спортивного оборудования.

Проведение такого мероприятия поможет:

- каждому педагогу определить, насколько правильно он ведёт образ жизни;

-укрепить своё здоровье;

- понять насколько разные по своему содержанию подвижные игры;

- развить ловкость, глазомер, двигательную активность, координацию движений;

- воспитать интерес к спорту и самое главное воспитать доброжелательность.

 В течение всего времени интерес у педагогов не терялся, показ сопровождался объяснением. Я постаралась создать необходимые условия для проведения данного мастер-класса т.е. продумала рациональное размещение оборудования, во время старалась помочь, подсказать как выполнить то или иное упражнение, если чувствовала что участник затрудняется в выполнении. Во времени предусмотренном на данном мероприятии я справилась и добилась поставленной цели.