[Формування основ здоров’язбережувальної компетенції у дітей раннього віку](https://www.pedrada.com.ua/article/1563)

Матеріали засідання методичного об’єднання

*План проведення засідання*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Зміст роботи | Час проведення | Відповідальний |
| ОРГАНІЗАЦІЙНО­МОТИВАЦІЙНИЙ БЛОК | | |
| Реєстрація учасників  Ознайомлення з планом роботи методичного об’єднання | 8:45–8:50 | Керівник методичного об’єднання |
| Вправа «Мій… про мене сказав би…» | 8:50–8:55 | Керівник методичного об’єднання |
| ТЕОРЕТИЧНИЙ БЛОК | | |
| Інформаційне повідомлення «Здоров’я та фізичний розвиток дітей у Базовому компоненті дошкільної освіти | 8:55–9:15 | Керівник методичного об’єднання |
| ПРАКТИЧНО­ІНФОРМАЦІЙНИЙ БЛОК | | |
| Перегляд організованої діяльності інтегрованого змісту валеологічної спрямованості «Подорож до країни здоров’я» | 9:15–9:30 | Вихователь ДНЗ № 249 |
| Аналізування переглянутої форми роботи | 9:30–9:40 | Учасники методичного об’єднання |
| Робота у підгрупах:  ігрова вправа «Терези здоров’я»  вправа «Педагогічна скарбничка» | 9:40–10:00  10:00–10:15 | Керівник методичного об’єднання |
| Година спілкування «Для мене бути здоровим означає…»:  інформаційне повідомлення «Схильність педагога до стресу»  вправа­тест «Стійкість до стресових ситуацій»  творче завдання­ескіз: «Ні — негативу!», «Так — позитиву!» | 10:15–10:35  10:35–11:00  11:00–11:15 | Керівник методичного об’єднання |
| ПІДСУМКОВО­РЕФЛЕКСІЙНИЙ БЛОК | | |
| Презентація методичної літератури, дидактичних ігор із досвіду роботи щодо здоров’язбережувальних технологій | 11:15–11:25 | Вихователь­методист  ДНЗ № 380 |
| Анкетування­відгук учасника методичного об’єднання | 11:25–11:30 | Керівник методичного об’єднання |

*Інтерактивні методи роботи до засідання*

**Вправа «Мій… про мене сказав би…»**

*Тривалість:* 5 хв.

*Мета:*

сприяти ліпшому знайомству учасників;

відпрацювати вміння короткої самопрезентації.

*Хід вправи:* кожний учасник методичного об’єднання по черзі говорить фразу, що розпочинається зі слів: «Мій… сказав би про мене, що я…». Висловлюються всі учасники.

**Вправа «Терези здоров’я»**

*Тривалість*: 20 хв.

*Мета:*

охарактеризувати різновиди здоров’я;

розвивати креативність, комунікативні здібності педагогів.

*Хід вправи:* учасники об’єднуються у чотири групи. Керівник пропонує групам на аркушах паперу написати, які умови кожен із них створює для:

фізичного здоров’я дошкільників;

психічного здоров’я;

соціального здоров’я;

духовного здоров’я.

Після завершення роботи представник від кожної групи презентує напрацювання.

**Вправа «Педагогічна скарбничка»**

*Тривалість:* 15 хв.

*Мета:*

уточнити та закріпити знання педагогів про зміст законодавчих, нормативно­правових актів, чинних програм з фізкультурно­оздоровчої роботи.

*Хід вправи:* учасники методом броунівського руху об’єднуються у три команди. Кожній з команд необхідно розкрити суть одного з питань:

Загартовування дітей раннього віку.

Обладнання фізкультурного куточка у приміщенні групі.

Організація спільної діяльності батьків та дітей з фізичної культури.

Після завершення роботи представники від кожної групи розкривають зміст певного питання.

**Вправа­тест «Стійкість до стресових ситуацій»**

*Тривалість:* 25 хв.

*Мета:*

допомогти педагогам самостійно оцінити рівень власної стресостійкості.

*Обладнання:* картка із запитаннями тесту.

*Хід вправи:* кожен педагог отримує картку із запитаннями тесту, де необхідно, прочитавши твердження, обвести ту чи ту цифру в одній з трьох колонок: «Рідко», «Іноді», «Часто».

**Тест «Стійкість до стресових ситуацій»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Запитання | Рідко | Іноді | Часто |
| Я вважаю, що мене недооцінюють у колективі | 1 | 2 | 3 |
| Я намагаюся працювати, навіть якщо почуваюся не цілком здоровим | 1 | 2 | 3 |
| Я постійно переживаю за якість своєї роботи | 1 | 2 | 3 |
| Я буваю налаштованим агресивно | 1 | 2 | 3 |
| Я не терплю критики на свою адресу | 1 | 2 | 3 |
| Я буваю роздратованим | 1 | 2 | 3 |
| Я намагаюся стати лідером там, де це можливо | 1 | 2 | 3 |
| Мене вважають людиною наполегливою | 1 | 2 | 3 |
| Я страждаю через безсоння | 1 | 2 | 3 |
| Своїм недругам я можу дати відсіч | 1 | 2 | 3 |
| Я емоційно й важко переживаю неприємності | 1 | 2 | 3 |
| Мені не вистачає часу на відпочинок | 1 | 2 | 3 |
| У мене виникають конфліктні ситуації | 1 | 2 | 3 |
| Мені не вистачає влади, щоб реалізувати себе | 1 | 2 | 3 |
| Мені не вистачає часу на заняття улюбленою справою | 1 | 2 | 3 |
| Я роблю все швидко | 1 | 2 | 3 |
| Я відчуваю страх, що втрачу роботу | 1 | 2 | 3 |
| Я дію гарячково, а потім картаю себе за свої справи та вчинки | 1 | 2 | 3 |

*Оброблення та інтерпретація результатів.* Педагоги підсумовують набрану кількість балів та за шкалою визначають рівень власної стресостійкості:

|  |  |
| --- | --- |
| Загальна кількість балів | Рівень стійкості до стресу |
| 51–54 | Дуже низький |
| 47–50 | Низький |
| 43–46 | Нижчий за середній |
| 39–42 | Дещо нижчий за середній |
| 35–38 | Середній |
| 31–34 | Трохи вищий за середній |
| 27–30 | Вищий за середній |
| 23–26 | Високий |
| 18–22 | Дуже високий |

**Творче завдання­ескіз   
«Ні — негативу!», «Так — позитиву!»**

*Тривалість:* 15 хв.

*Мета:*

сприяти усвідомленню чинників, що впливають на здоров’я педагогів;

формувати у педагогів відповідальну поведінку;

розвивати творчість, креативність.

*Обладнання:* ватман, фломастери, червоний маркер.

*Хід вправи:* педагоги об’єднуються у дві групи. Одна група створює колаж, на якому зображає чинники, що призводять до погіршення здоров’я педагогів (ці зображення після наклеювання перекреслюються за допомогою червоного маркера), інша група створює колаж, на якому зображені позитивні чинники гарного настрою та здоров’я. Відтак групи презентують створені плакати.