

**Майстер-клас для педагогів на тему:**  
**«Формування здорового способу життя у дітей**  
**через впровадження інноваційних технологій»**

**Мета:** зорієнтувати педагогів на формування, збереження і зміцнення здоров'я дітей дошкільного віку за допомогою ігрових вправ на степ-платформах.

**Завдання:**

1. Формувати інтерес педагогів до занять степ-аеробікою та розширювати їх руховий досвід виконанням ігрових вправ на степ-платформах.
2. Зорієнтувати педагогів на формування здорового способу життя в процесі заняття степ-аеробікою за допомогою ігрових вправ та завдань.
3. Сприяти розвитку самостійної реалізації творчих задумів під час виконання ігрових вправ.
4. Допомагати особистісному та професійному зростанню, моральному задоволенню, збільшенню позитивних емоцій учасників.

**Обладнання:** степ-платформи.

**Роздатковий матеріал:** зелені бандани, піратські відзнаки – фішки, скриня з «піратськими скарбами», велика повітряна куля.

**Категорія учасників майстер-класу:** педагоги закладів дошкільної освіти.

**Елементи гейміфікації:** зустріч з піратом Джеком-Горобцем (по скайпу), отримання завдання та перетворення у піратів (за допомогою двосторонніх фішек та «піратських» бандан); ігрові фізичні вправи на степ-платформах; за виконання завдання учасники отримують заохочення у вигляді «піратських скарбів» (шоколадні медальки та золотаві цукерки).

**Інтерактивні ігри:**

**1. «Ігрова гімнастика мозку» (кінезіологічні вправи)**

*Зустріч з піратом Джеком-Горобцем (по скайпу), отримання завдання та підготовка до подорожі (перетворення у піратів).*

**Завдання:** разом з педагогами виконати ігрові кінезіологічні вправи для розвитку розумових здібностей і фізичного здоров'я.

*Роздати смайлики*

- Шановні колеги я хочу поділитися з вами гарним настроєм та доброю посмішкою. Швидко знак якийсь знайдіть. І до мене підійдіть!

*Зустріч по скайпу з піратом Джеком-Горобцем*

- Покладіть смайлики, підійдіть до мене.

Щоб у морі не хвилюватись,

Треба нам підготуватись!      *(роздати бандани з емблемами)*

**Кінезіологічні вправи (виконання)**

## **2. «Веселі пірати у пошуках скарбів» (степ-аеробіка)**

**Завдання:** за показом та вказівками інструктора з фізкультури виконати ігрові дії на степ-платформах.

- Пошуки розпочинаємо! Кроком руш! Рушаємо!
- обирають корабель, *(обійти навколо степену)*
- заходять на корабель, *(вправа «кнопочка»)*
- пливуть на ньому, *(базовий крок)*
- виглядають острів, *(випад в сторону, виглядаючи острів)*
- намагаються зійти на берег, *(вправа «зірочка»)*
- шукають скарби на острові, *(підскоком по залу)*

### ***Грім, злива!***

- ховаються від зливи на кораблі, *(забігають на степен)*
  - відганяють акул, *(вправа «м'ячик»)*
  - пливуть знову, *(базовий крок)*
  - виглядають острів, *(випад в сторону, виглядаючи острів)*
  - намагаються зійти на берег, *(вправа «зірочка»)*
  - шукають скарби на острові, *(підскоком по залу)*
  - знаходять, радіють. *(знаходять скриню зі скарбами)*
- Тим часом кораблі віднесло у відкрите море – треба шукати як повернутися додому. *(Знаходять велику повітряну кулю)*

## **3. Рефлексія. Вправа «Надуймо повітряну кулю» (дихальна гімнастика)**

**Завдання:** навчити педагогів правильному диханню та використуванні дихальної гімнастики для досягнення емоційної релаксації. Вправу виконувати 6-10 разів.

– Дякую такій гарній команді!

*Зустріч по скайпу з піратом Джеком-Горобцем*

За виконання завдання учасники отримують заохочення у вигляді «піратських скарбів» *(шоколадні медальки та золотаві цукерки).*