**Консультация для инструкторов по физкультуре**

**«Квест-игра и современные здоровьесберегающие технологии в ДОО»**

Уважаемые педагоги, мы всё чаще говорим о внедряются инновационных технологий, и на сегодняшний день их уже большое количество. Наша деятельность, как инструкторов физической культуры, направлена на укрепление и сохранение здоровья дошкольников, какую же при этом основную технологию Вы реализуете? (Здоровьесберегающую)

**Цель** **здоровьесберегающих образовательных технологий** – обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. Все это реализуется в совместной деятельности в с воспитателями групп и родителей воспитанников. Мы все вместе работаем над реализацией данной цели.

Давайте вместе с Вами вспомним, какие же здоровьесберегающие технологии вы используете:

1. **Технологии обучения здоровому образу жизни**

Физкультурное занятие.

День Здоровья и валеологический материал с которым вы знакомите детей и он органично включается в структуру НОД,

Оздоровительная работа в бассейне

Точечный самомассаж и самомассаж

Активный отдых

Спортивные праздники, развлечения

**2. Технологии сохранения и стимулирования здоровья**:

Динамические паузы

Подвижные и спортивные игры

Релаксация

Гимнастика: пальчиковая, для глаз, дыхательная, динамическая, корригирующая, ортопедическая.

Ритмопластика

Прогулка

**3. Коррекционные технологии**.

Артикуляционная гимнастика

Технология музыкального воздействия. Использовать в качестве вспомогательного средства, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя.

Сказкатерапия. Эту работу должен вести грамотный психолог

Если мы будем в комплексе использовать здоровьесберегающие технологии, то в итоге у ребенка сформируют стойкая мотивация на здоровый образ жизни.

Однако, мы должны организовать деятельность ребёнка, чтобы он испытывал эмоциональное, физическое и психическое благополучие и удовлетворение от предлагаемой физкультурно – оздоровительной деятельности, не должно быть назидательности, навязывания выполнения заданий, ребенка нужно привлечь, заинтересовать, для этого необходимо создавать условия мотивации к занятиям физической культурой.

Какая образовательная технология поможет нам естественным путём привлечь дошкольника к деятельности? Основанная на ведущем виде деятельности? (игровую)

Фундаментом полноценного личностного развития ребенка является его физическое развитие осуществляемое в двигательной и игровой деятельности. Ребенок – это человек с постоянной потребностью в движении и ведущей игровой деятельностью.

Среди широко используемых игровых технологий можно выделить квест – игру, которая становится очень популярной, и только начинает использоваться педагогами.

Здесь основным исследователем является сам ребенок, а ведущим видом деятельности для его развития и саморазвития является игровая деятельность. Через квест-игру педагог помогает ребёнку обрести необходимую мотивацию к занятиям.

Рассмотрим это на примере квест – игры «Форт Баярд», можно попробовать использовать идею игры на практике. Квест – игра начинается в группе, где перед детьми ставится цель.

В процессе поиска «сокровищ» дети самостоятельно преодолевают препятствия для достижения поставленной цели, где закрепляются навыки основных видов движений (в метании, прыжках, лазании, беге, гибкости и ловкости и т.д.), воспитываются командный дух, честность, упорство, дружеское отношение друг к другу, т.к. только команда, которая выполнила правильно задание может продолжить путь дальше.

Заканчивается квест – игра решением всех задач и достижением цели.

Квест, позволяет ребенку учится проводить самоанализ своих физических возможностей качеств, умений и навыков, что ему не хватило до достижения оптимального результата: быстроты, силы или координации; включает у ребёнка соревновательные механизмы, что также создает условия для более активного включения каждого ребенка в игру.

Такую игру можно проводить как в помещении, так и на улице.  Изюминка такой организации игровой деятельности состоит в том, что, выполнив одно задание, дети получают подсказку к выполнению следующего, что является эффективным средством повышения двигательной активности и мотивационной готовности к познанию и исследованию.

**Виды  квестов:**

1. Поиск по подсказкам (картинкам, указателям). В самом простом варианте дети получает подсказку, указывающую на тайник. Проходя препятствия дети получают подсказки до достижения финальной сокровищницы.

2. Поиск по карте. (*проведен экологический* *квест*)

 **Темы квестов могут быть самыми различными:**

1. Поиск сокровищ (путешествие на необитаемый остров, в поисках приключений). Тематика сразу настраивает ребёнка на игру, а мы вкладываем цели и задачи в сюжет в действие.

2. Помощь героям или герою (сказки, мультфильма, фильма). Например,  «Поможем Винни-Пуху добыть мёд», «На поиски приключений», «По дорогам Цветочного города с Незнайкой».

Любой квест требует тщательной подготовки педагога. Подготовка осуществляется в 3 этапа:

* Разработка сценария квеста, маршрута и карты,
* Подготовка условий, оборудования, материала квеста.
* Подготовка детей (знакомство с темой, погружение в тему, обучение, игра).

Самое главное – это то, что квесты помогают нам активизировать и детей, и педагогов групп, и родителей. Привлечение родителей к данному виду деятельности способствует сплочению родительского сообщества, а также улучшает детско-родительские отношения, родители воспитанников становятся активными участниками образовательного процесса в, укрепляются и формируются доверительные взаимоотношения детский сад-семья.

Можно не сомневаясь утверждать, что, когда ребенок вырастет, он будет вести себя в своей профессиональной деятельности так же, как он в детстве вел себя в игре: планировать, прогнозировать, добиваться результата и совершенствовать свои физические и нравственные качества.

Т.е. Квест-игры одно из интересных средств, направленных на самовоспитание и саморазвитие ребёнка как личности творческой, физически развитой, с активной познавательной позицией. Что и является основным требованием ФГОС ДО.

***Десять золотых правил здоровьесбережения:***

Соблюдайте режим дня!

Обращайте больше внимания на питание!

Больше двигайтесь!

Спите в прохладной комнате!

Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!

Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!

Гоните прочь уныние и хандру!

Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!

Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!

Желайте себе и окружающим только добра!

***Десять золотых правил здоровьесбережения:***

Соблюдайте режим дня!

Обращайте больше внимания на питание!

Больше двигайтесь!

Спите в прохладной комнате!

Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!

Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!

Гоните прочь уныние и хандру!

Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!

Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!

Желайте себе и окружающим только добра!