**Конспект мастер-класса для воспитателей**

**«Утренняя гимнастика в детском саду»**

**Провела Жмакина В.А.**

**Цель:** Совершенствование навыков проведения утренней гимнастики, развитие педагогических навыков при построении образовательной деятельности, способствующей сохранению, укреплению и охране здоровья воспитанников.

Ход:

-Добрый день, уважаемые коллеги! Сегодня мы с вами посмотрим, как правильно организовать такой режимный момент как утренняя гимнастика.

Утренняя гимнастика — часть режима двигательной активности детей. Она представляет собой комплекс физических упражнений для мышц и суставов. Зарядка для дошкольников часто дополняется элементами дыхательной гимнастики и пальчиковыми играми. Кроме здоровьесберегающих функций, зарядка выполняет значимую роль в развитии психических процессов, коммуникативных способностей, расширении познавательных интересов. Утренняя гимнастика является одним из инструментов воспитания всесторонне развитой личности.Чтобы зарядка вошла в привычку у детей, она должна увлекать их и приносить радость.

Утренняя зарядка проводится воспитателем по заранее составленным комплексам. Физические упражнения и подвижные игры согласуются с программой по физическому развитию: дети выполняют знакомые движения, во время зарядки не обучают новым играм. Гимнастические комплексы включают:

* общеразвивающие упражнения для крупной и мелкой мускулатуры;
* дыхательные упражнения и упражнения для укрепления сердечно-сосудистой системы;
* строевые упражнения и игры: на построение, перестроение, повороты.

Общая продолжительность зарядки (от сигнала к сбору до команды разойтись после гимнастики) определяется возрастом детей:

* в первой младшей группе — 4–5 минут;
* во второй младшей — 5–6 минут;
* в средней — 6–8 минут;
* в старшей — 8–10 минут;
* в подготовительной — 10–12 минут.

Темп утренней гимнастики высок. На демонстрацию движений, словесные инструкции, раздачу атрибутов отводится как можно меньше времени. Чем старше воспитанники, тем короче промежуток между упражнениями.

Сейчас мы посмотрим утреннюю гимнастику в старшей группе, которую проведет инструктор по физической культуре.

*Инструктор по физической культуре проводит утреннюю гимнастику. По окончании воспитанники уходят в группу, инструктор проводит самоанализ.*

*Обсуждение педагогами увиденного, выделение ключевых позиций при проведении утренней гимнастики.*

Вопросы для обсуждения:

- Какой прием использовал инструктор для организации детей? Удачный ли это выбор?

- Оправдан ли выбранный темп ходьбы в начале?

- Какой прием можно использовать при перестроении?

- Общеразвивающие упражнения выполнялись в достаточном количестве? Были ли они результативны?

- Темп проведения завершающих упражнений в данной возрастной группе соответствовали возрастным особенностям развития дошкольников?

- Как по вашему мнению, такая организация проведения утренней гимнастики способствует сохранению и укреплению здоровья воспитанников?

*После обсуждения, педагоги могут задать интересующие вопросы, поделиться своими идеями организации проведения утренней гимнастики в разных возрастных группах.*

Всем спасибо, творческих успехов!