



ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС «ЗДОРОВЫЕ РЕШЕНИЯ» 2026

«МАСТЕРСКАЯ ЗДОРОВЬЯ»



Название программы - «Мастерская здоровья»

Краткая аннотация к программе. В рамках конкурсной работы представлен опыт междисциплинарного взаимодействия специалистов ДОУ по формированию культуры здоровья у дошкольников и взрослых. Основная идея — переход от разовых оздоровительных мероприятий к системе ежедневных «минуток здоровья», встроенных в режимные моменты.

Ключевые направления работы:

Педагог по физической культуре: проводит с дошкольниками и сотрудниками детского сада авторские сеансы вертебрологической гимнастики (щадящее растяжение позвоночника). Упражнения направлены на снятие компрессии с межпозвонковых дисков, профилактику сколиоза и остеохондроза с раннего возраста.

Музыкальный руководитель: использует ритмику и пластику под музыку для закрепления навыков правильной осанки. В репертуаре — упражнения у зеркала, танцевальные этюды на вытяжение позвоночника.

Педагог-психолог: внедряет здоровьесберегающие техники с использованием Су-Джок терапии (массаж биологически активных точек кистей и стоп специальными шариками и кольцами), что развивает мелкую моторику, речь и снижает психоэмоциональное напряжение у дошкольников.

Учитель-дефектолог (логопед): проводит интерактивные занятия «Витаминная тарелка», в игровой форме рассказывая детям о полезных продуктах, богатых кальцием и витаминами для укрепления костной ткани и связок.

Результат: Данный комплексный подход позволяет не только укрепить мышечный корсет детей, но и вовлечь педагогов в здоровьесберегающую среду, создавая в детском саду единое пространство «Здоровье — это привычка».

Примечание: Если это заявка на конкурс «Воспитатель года».

Ссылка на видеоролик мастер-класса продолжительностью 20 минут, размещенная в облачном сервисе (Яндекс.Диск, Mail.Облако, ВКонтакте или другие). Мастер-класс может быть проведен с фокус-группой, так и без нее.

<https://disk.yandex.ru/i/9sENd4mDOvxVBA>