

Деловая игра с педагогами «Час здоровья»



Деловая игра с педагогами «Час здоровья»

Цель: систематизировать знания педагогов по вопросам оздоровления и формирования навыков здорового образа жизни, развивать творческую активность, согласованность действий, взаимопомощь и коллективизм.

Ход игры:

Ведущий.

В детсаду детей не слышно.

Сладкий сон всех одолел.

Педагоги собрались здесь

Отдохнуть от разных дел.

Пошуметь и пообщаться

Песни спеть и помечтать

И, конечно же, в педигры

С настроеньем поиграть.

“Давным-давно, на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Долго думали они, каким должен быть человек. Один из богов сказал: “Человек должен быть сильным”, другой сказал: “Человек должен быть здоровым”, третий сказал: “Человек должен быть умным”. Но один из богов сказал так: “Если всё это будет у человека, он будет подобен нам”. И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие — за высокие горы.

Вопрос к педагогам: Как вы думаете, куда спрятали боги здоровье? *(ответы педагогов)*

Один из богов сказал: "Здоровье надо спрятать в самого человека". Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов! Значит, здоровье-то оказывается спрятано и во мне, и в каждом из нас и в каждом ребёнке. Итак, тема нашей сегодняшней игры посвящена..... *(здоровью)*.

Народная мудрость гласит: “Здоровье – бесценный дар, потеряв его в молодости не найдёшь до самой старости”.

Здоровье детей является абсолютной ценностью и включает в себя три составляющие – биологическая, психологическая и социальная. В последнее время

обоснованную тревогу вызывает состояние здоровья детей дошкольного возраста. Число здоровых дошкольников уменьшилось в пять раз и составляет лишь около 10% от числа детей, поступающих в школу. И родители, и воспитатели хотят видеть детей здоровыми, веселыми, физически хорошо развитыми. Задача сохранения и укрепления здоровья дошкольника была, есть и остается приоритетной. Искусство долго жить состоит, прежде всего, в том, чтобы научиться с детства следить за своим здоровьем. То, что упущено в детстве, трудно наверстать. Поэтому приоритетным направлением в дошкольном воспитании, сегодня является повышение уровня здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни (ЗОЖ, а также устойчивой потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями.

Современный человек не имеет права считать себя образованным, не освоив культуры здоровья. Культура здоровья определяет, прежде всего, умение жить, не вредя своему организму, а принося ему пользу.

Вопрос к педагогам: Каковы основные цели оздоровительной работы в ДОО? (Ответы педагогов)

Цели оздоровительной работы в ДОО:

Расширять и закреплять знания детей о здоровом образе жизни

Совершенствовать физические способности

- Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.

Поэтому главными задачами по укреплению здоровья детей в детском саду являются формирование у них представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни, формирование здорового образа жизни. Для этого в детском саду проводится ряд мероприятий.

Вопрос к педагогам: Перечислите данные мероприятия.

Физкультурные занятия

Утренняя гимнастика

Физкультурные досуги и праздники

День здоровья

Дополнительные занятия кружков спортивной секции

Формирование культурно-гигиенических навыков

Подвижные игры

Походы, экскурсии

Динамические паузы на занятиях

Закаливающие процедуры

Выпуск газеты для родителей

Педагоги должны научить ребенка правильному выбору в любой ситуации только полезного для здоровья и отказа от всего вредного. Привить ребенку с малых лет правильное отношение к своему здоровью, чувство ответственности за него. Эти задачи должны решаться путем создания целостной системы по сохранению физического, психического и социального благополучия ребенка.

Сегодня мы собрались поделиться опытом работы по оздоровлению дошкольников. «*Игра – ведущий вид деятельности детей*», но и нам взрослым она интересна. Поэтому предлагаю построить работу в форме деловой игры:

Приглашаю поиграть

И проблемы порешать.

Что-то вспомнить, повторить,

Что не знаем, подучить.

Ведущий. А жюри сегодня не будет. Потому, что в нашей игре должна победить дружба, ее итогом — стать отличным настроением.

Конкурс **«Домашнее задание»**

Представить название своей команде и девиз.

Конкурс **«Разминочный»**

(Команды по очереди придумывают и называют слова, связанные по смыслу с темой встречи. Заданные буквы: З, Д, О, Р, О, В, Е.)

Например,

«З» — зарядка, закаливание, зубы, завтрак, зубная щетка, зубная паста.

«Д» — движение, дыхание, доброта, деревья.

«О» — осанка, обувь, одежда, обед, овощи,

«Р» — развитие, радость, режим дня, рыба, рыбий жир, растения.

«О» — опрятность, осторожность, отдых, обоняние.

«В» — вода, воздух, витамины.

Вместе. «Е» — еда, ежевика, единство.

Конкурс **«Ответь правильно»**

Участники игры достают бочонки с номерами и отвечают на вопросы:

1. Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее...

(4 – 4, 5 часа)

2. Что необходимо провести в середине занятия?

(физкультминутку)

3. Сколько раз в неделю проводят физкультурные занятия с детьми 3-7 лет?

(2-3 раза в неделю)

4. Какая продолжительность занятия в старшей группе?

(25 минут)

5. Сколько минут составляет перерыв между занятиями?

(не менее 10 минут)

6. Сколько длится сон для детей 1, 5 – 3 лет?

(не менее 3 часов)

7. Какая продолжительность занятия в средней группе?

(20 минут)

8. Назовите основные виды движения

(ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье)

9. Каким видом спорта следует заниматься для формирования осанки? *(Плавание, гимнастика, лёгкая атлетика.)*

10. Сколько часов в сутки должен спать человек? *(Взрослый – 8 часов, подросток – 9-10, ребёнок – 10-12.)*

11. Этот витамин важнейший из всех в формировании костной системы организма ребёнка. Какой это витамин? *(Витамин D.)*

12. Назовите витамин красоты, который влияет на состояние кожи и укрепляет зрение? *(Витамин А.)* Где он содержится в большом количестве? *(В моркови.)*

Конкурс **«И что нам горе, когда пословиц море»**

Ведущий: Древние греки говорили: «**В здоровом теле – здоровый дух**» немало пословиц и поговорок о здоровье сложено и русским народом, о чем они говорят? (*Ведущий читает начало пословицы, участники ее заканчивают.*)

Команда №1

Щи да каша — ... (*пища наша*)

Здоровье всему... (*голова*)

Кто спортом занимается... (*тот силы набирается*)

Забота о здоровье лучшее (*лекарство*)

Двигайся больше, проживешь... (*дольше*)

Команда №2

Здоровье в порядке... (*спасибо зарядке*)

Здоровье дороже (*денег, богатства*)

Береги платье снову... (*а здоровье смолоду*)

Болен — лечись, а здоров... (*берегись*)

Здоровье сгубишь, новое ... (*не купишь*)

Конкурс «**Волшебный мешочек**»

(*Достать из мешочка предмет и определить, с какой целью в оздоровлении он может быть использован.*)

фасоль (*развитие мелкой моторики рук, дыхательная гимнастика*)

травяной сбор (*фитотерапия*)

диск (*музыкотерапия*)

апельсин (*ароматерапия, витаминизация*)

мыльные пузыри (*дыхательная гимнастика*)

кукла (*игротерапия*)

перчатка (*пальчиковая гимнастика*)

цветок (*цветотерапия*)

цветные карандаши (*арт-терапия*)

су-джок (*массаж*)

Конкурс «**Полезно-вредно**»

Командам дается поднос, на котором находятся карточки с изображением цветов (*сорняки и розы*).

Ведущий: Подумайте и запишите полезные привычки (*относящие к здоровому образу жизни*) на карточки с изображением роз, а вредные привычки – на карточки с изображением сорняков.

Ведущий: А теперь расскажите, что у вас получилось. Какие полезные привычки вы будете формировать у ваших малышей в первую очередь?

(*Команды называют свои варианты. Ассистент собирает розы и приклеивает их на лист А3, на котором изображены ваза, стебли и листья роз. Получается коллаж в виде букета роз*)

А теперь перечислите вредные привычки, которые вы не хотели бы наблюдать у своих детей.

(*Команды называют варианты вредных привычек, на карточках с изображением сорняков. Ассистент убирает эти карточки в корзинку для мусора*)

Ведущий: Уважаемые коллеги, вы справились с заданиями отлично. Надеюсь, что предложенная тема была интересна. Большое спасибо всем участникам.

