

Деловая игра «Знатоки здорового образа жизни!»

Мамонтова Е.И.,
старший воспитатель
МБДОУ детский сад 40
г. Киселевск

Музыкальная отбивка: «Начало игры»

Ведущий:

- Здравствуйте, уважаемые коллеги!

Я приветствую вас на деловой игре «Знатоки здорового образа жизни».

А чтобы встреча наша была плодотворной и прошла в теплой, дружеской обстановке давайте, возьмемся за руки, и мысленно, закрыв глаза, передадим друг другу частичку своей доброты и тепла, и от всей души пожелаем всем здоровья и удачи во всех делах.

- «Здравствуйте», - ты скажешь человеку,

«Здравствуй», - улыбнется он в ответ,

И, наверное, не пойдет в аптеку,

И здоровым будет много лет!

Ведущий:

- Все мы знаем, что от жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие. Как же сформировать главную жизненно важную привычку у дошкольников – привычку к ЗОЖ? Найти ответ на этот вопрос мы и попытаемся в ходе нашей деловой игры, в которой принимают участие 2 замечательные команды: **«Мойдодыр»**, **«Айболит»**.

- Пусть распрямятся ваши плечи,

Пусть шутки и смех звучат среди нас.

Сегодня педагоги держат экзамен

На право быть ими на деле,

А не на словах.

Ведущий:- Наша игра будет проходить в форме соревнования, а любые соревнования начинаются с разминки, и мы не будем отступать от этой традиции:

Быстро встали, улыгнулись,

Распрямились, подтянулись,

А теперь назад прогнулись...

Разминаем руки, плечи,

Чтоб сидеть нам было легче.

Голова устала тоже?

Так сейчас и ей поможем,

Вправо – влево, раз и два,

Думай, думай, голова.

Хоть зарядка коротка,

Но сил набрались мы слегка!

Ведущий:

Мы получили заряд бодрости и сейчас займемся интеллектуальной деятельностью.

Музыкальная отбивка: «Вопросы игрокам»

I задание «Острое блюдо»

(В шарах находятся вопросы. Команды получают равное количество шаров, знакомятся с вопросами, и в течение 20 секунд по очереди дают ответ).

1. Что такое в вашем представлении здоровье, здоровый ребенок?

(Это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов)

2. Что такое ЗОЖ?

(Это способ жизнедеятельности, направленный на сохранение и укрепление здоровья людей. Это процесс соблюдения человеком определенных норм и правил в повседневной жизни. Это рациональный режим дня и питания, оптимальная двигательная активность, соблюдение правил гигиены, отсутствие вредных привычек).

3. Перечислите ОВД

(Метание, лазанье, ходьба, бег, прыжки, упражнения в равновесии)

4. Назовите физические качества.

(Быстрота, сила, ловкость, гибкость, выносливость)

5. Чем полезны эстафеты?

(Учат вместе достигать цели, действовать сообща, формируют чувство коллективизма. Дети учатся соперничать и добиваться победы)

6. Назовите принципы закаливания.

(Систематичность, последовательность, постепенность, учет индивидуальных особенностей ребенка, комплексность воздействия природных факторов при обязательном соупутствии положительного эмоционального фона).

Ведущий:

- Пока игроки обдумывают вопросы, я познакомлю вас с историей возникновения закаливания.

Закаливание как средство повышения защитных сил организма возникло в глубокой древности. Практически во всех культурах разных стран мира закаливание использовалось как профилактическое средство укрепления человеческого духа и тела. Большое внимание физическим упражнениям, закаливанию придавали и на Руси. Здесь оно носило массовый характер. «Русские - крепкий, сильный, выносливый народ, способный легко переносить и стужу, и жару», - так считалось издавна. Народы Древней Руси использовали для укрепления здоровья баню с последующим растиранием снегом или купанием в реке в любое время года. Особое внимание закаливанию уделялось в русской армии, где для «крепости и здоровья тела» также широко использовалась русская баня. Русским врачам, принадлежит ведущая роль в разработке методики закаливания и её научное обоснование.

(Игроки дают ответы на вопросы «острого блюда»).

Ведущий:

- А сейчас я вам хочу предложить упражнения для снятия напряжения и усталости.

(Участники обеих команд одновременно выполняют задания).

1. Если вы думаете, что самым богатым ресурсом для вас является опыт - похлопайте в ладоши.
2. Если вы полагаете, что в нашей работе более важна практическая информация, чем теоретическая – потопайте.
3. Если вы уверены, что у каждого педагога свой индивидуальный стиль обучения - дотроньтесь до кончика носа.
4. Если вы считаете, что продолжаете обучаться одновременно с детьми – кивните головой.
5. Если вы полагаете, что в нашей работе эмоции не столь важны - закройте глаза.
6. Если вам нравится быть наравне с детьми – улыбнитесь.

Музыкальная отбивка: «Вопросы игрокам»

Ведущий:

- А сейчас внимание на экран (Видео вопросы)

И первый вопрос от родителей.

1.Моя дочь ходит в детский сад уже второй год, но по состоянию здоровья слабенькая, часто болеет. И буквально с первых же дней после выздоровления с ней проводят закаливающие процедуры в детском саду. На мой вопрос: «Надо ли закаливать ребенка сразу после болезни», - мне объяснили, что с учетом индивидуальных особенностей моего ребенка, к нему применяется щадящий режим. Что же это такое?

(Если ребёнок по болезни пропустил более десяти дней, то процедуру закаливания стоит начать с самого начала. В других случаях уменьшается зона воздействия закаливающих факторов, их интенсивность.)

2. Следующий вопрос от медицинского работника:

Какова рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок устанавливается санитарно – эпидемиологическими правилами?

(По санитарно - эпидемиологическим правилам рекомендуемая продолжительность прогулок составляет 3 – 4 часа в зависимости от возраста детей)

3. Второй вопрос от медицинского работника:

При какой температуре воздуха и скорости ветра прогулки рекомендуется сокращать?

(При температуре воздуха ниже минус 15 градусов и скорости ветра более 7 метров в секунду, продолжительность прогулки рекомендуется сократить).

4. Следующий вопрос задает воспитатель:

Общепризнано, что фундамент здоровья ребенка закладывается в семье. Важным элементом семейного уклада является физическое воспитание. Оно способствует как полноценному развитию и укреплению здоровья детей, так и установлению благоприятного семейного микроклимата. Внимание вопрос

Назовите основные формы работы с семьей направленные на сохранение здоровья ребенка.

(Досуговые, познавательные, наглядно – информационная, информация на сайте ДОУ).

Музыкальная отбивка: «Вопросы игрокам»

Ведущий: Следующее задание «Придумать продолжение сказки».

- Тема сказочных историй – «Спорт - здоровье». Команды в течение 2х минут должны придумать продолжение сказки.

1. Жили – были в лесу зверята: зайчонок, лисенок, бельчонок, ежик. Жили они дружно. А на краю леса жил ленивый и толстый мишка – Топтыжка. За что ни возьмется, ничего у него не получается.....

2. Жил – был микроб, который очень любил путешествовать. У него не было дома, и жил он, где хотел. Однажды решил микроб прогуляться по организму человека. Забрался он на ладонь мальчика и стал ждать.....

Ведущий:

- Пока игроки сочиняют сказки, я хочу предложить зрителям короткие новости из истории спорта.

Скандинавская ходьба - это новомодное увлечение людей, которые ведут здоровый образ жизни. Она появилась примерно 70 лет назад в Финляндии благодаря лыжнику Юхе Мието. Именно он догадался включить в ходьбу лыжные палки без лыж. С тех пор скандинавская ходьба стала популярной во всем мире, это высокоэффективный вид физической активности, в котором используются правильная методика занятия, определенная техника ходьбы и специальные палки для равномерного распределения нагрузки по всему телу. Скандинавская ходьба задействует около 90% мышц человека и, соответственно, она гораздо эффективнее обычной интенсивной ходьбы

без палок. Скандинавская ходьба доступна каждому и в любое время года — вне зависимости от возраста и уровня физической подготовки.
(Игроки представляют свои сочинения – сказки).

Музыкальная отбивка: «Вопросы игрокам»

Ведущий:

А теперь следующее задание – конкурс пантомимы.

Вы в движении должны показать вид спорта, а ваши соперники должны угадать этот вид спорта. (Биатлон, фигурное катание, тяжелая атлетика, баскетбол)

Музыкальная отбивка: «Вопросы игрокам»

Ведущий:

- А сейчас я предлагаю вашему вниманию блиц-опрос.

1. Куда надо забить гол?
2. Летние коньки.
3. Что дороже денег?
4. Тренировка организма холодом.
5. Продолжительность занятия по физкультуре в подготовительной группе.
6. Высший спортивный показатель.
7. Вредная привычка.
8. Чем играют в игре «Вышибалы»

Ведущий:

- Уважаемые коллеги! Вот и подошла к концу наша игра.

И мы за вас, друзья, спокойны,
Быть педагогами вы достойны,
Объяснять совсем не нужно,
Что в нашей игре победила дружба!

Музыкальная отбивка: «Лирическая»

Ведущий:

И напоследок хочу вам рассказать одну народную мудрость.... Жил мудрец, который знал все. Один человек решил доказать, что мудрец знает не все. Зажав в ладони бабочку, он спросил: «Скажи, мудрец, какая бабочка у меня в руках, живая или мертвая?». А сам думает: «Скажет живая – я ее умертвлю, скажет мертвая - выпущу». Мудрец, подумав, ответил: «Все, человек, в твоих руках».

Так вот в наших руках с вами, уважаемые коллеги, формировать личность любознательную, активно познающую мир, жизнерадостную, бодрую, открытую, умело взаимодействующую со сверстниками и взрослыми, одним словом - здоровую личность.

И давайте сейчас заселим этот «Островок здоровья» крепкими, добрыми, умными, здоровыми детьми - нашим с вами будущим, будущим нашей страны.

Под музыку участники обеих команд наклеивают силуэты мальчиков и девочек на «Островок здоровья».