

Деловая игра для педагогов
МБДОУ детский сад № 37
«Бесценное здоровье»

Подготовила:

Воспитатель Васютенко Олеся Васильевна

г. Екатеринбург

Деловая игра с педагогами «Бесценное здоровье»

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

Ход игры

Ведущий:

“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... 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”.

Как известно, хорошее здоровье способствует успешному воспитанию и обучению, а успешное воспитание и обучение – улучшению здоровья. Образование и здоровье неделимы.

Когда впервые детям задаешь вопрос, «что же самое дорогое и ценное, в жизни человека», то чаще всего слышишь в ответ: «деньги», «машина», «золото» и т.д. Иногда после наводящих вопросов называют «здоровье», «жизнь», а бывает, и не упоминают их в числе основных ценностей. Спрашиваешь: «Вы болеете дети?» Все дружно говорят: «Да» - «А чем вас лечат?»- «Таблетками. А можно быть здоровым без таблеток?» - «Нет!» Такие ответы говорят о том, что детей нужно учить ощущать здоровье,

ценить его, быть здоровыми. Ведь именно из детства «ребенок выносит то, что сохраняется потом на всю жизнь». Забота о здоровье ребенка – это важнейший труд воспитателя.

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

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

Цели оздоровительной работы в ДОУ:

- Расширять и закреплять знания детей о здоровом образе жизни
- Совершенствовать физические способности
- Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.

Для достижения данных целей 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
- Занятия по ОБЖ и ЗОЖ
- Выпуск стенгазет, плакатов, выставок для детей и 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.

Сегодня мы собрались, чтобы, в первую очередь, напомнить себе не только о важности данной темы, но и о том, что не стоит забывать о своем

здоровье, ведь мы, педагоги, подаем пример нашим воспитанникам... Поэтому предлагаю построить работу в форме деловой игры. Жюри сегодня не будет. Потому, что в нашей игре должна победить дружба, а ее итогом — стать отличное настроение. А отличное настроение — один из залогов крепкого здоровья!

И так, делимся на две команды. Представить название своей команде и девиз.

1. 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,

1. «З» — зарядка, закаливание, зубы, завтрак, зубная щетка, зубная паста.
2. «Д» — движение, дыхание, доброта, деревья.
3. «О» — осанка, обувь, одежда, обед, овощи,
4. «Р» — развитие, радость, режим дня, рыба, рыбий жир, растения.
5. «О» — опрятность, осторожность, отдых, обоняние.
6. «В» — вода, воздух, витамины.

Вместе. «Е» — еда, ежевика, единство.

2. Конкурс «Ответь правильно»

Участники игры достают карточки 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.)

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

Ведущий: Немало пословиц и поговорок о здоровье сложено русским народом (Ведущий читает начало пословицы, участники ее заканчивают.)

Команда №1

1. Щи да каша — ... (пища наша)
2. В здоровом теле — ... (здоровый дух)
3. Кто спортом занимается... (тот силы набирается)
4. Забота о здоровье лучшее (лекарство)
5. Двигайся больше, проживешь... (дольше)

Команда №2

1. Здоровье в порядке... *(спасибо зарядке)*
2. Здоровье дороже *(денег, богатства)*
3. Береги платье снову... *(а здоровье смолоду)*
4. Болен — лечись, а здоров... *(берегись)*
5. Здоровье сгубишь, новое ... *(не купишь)*

Динамическая пауза, физкультминутка **Спортивная сказка «Репка»**

Ведущий: «Я предлагаю вам поиграть в игру, размяться и снять напряжение и усталость».

Ход: Пошел дед в огород (ходьба друг за другом), посадил репку (приседание с прямой спиной), и не одну, а много (серия приседаний). Выросла репка большая-пребольшая (потянуться вверх). Стал дед репку тянуть (наклоны с прямой спиной). Тянул, тянул...не вытянул. Позвал дед бабку. Пошла бабка в огород (ходьба с перекатом). Стали тянуть репку (наклоны с прямой спиной), не вытянули. Позвали внучку (ходьба на носочках). Стали тянуть репку (наклоны с прямой спиной), не вытянули. Пришла Жучка (ходьба на коленях с опорой на ладони), не вытянули репку. Прибежала Мурка, спинку выгибает (стоя на четвереньках, прогибать спину), хвостиком машет (повороты таза в стороны, не отрывая ног от пола). Не вытянули репку. Позвали мышку (легкий бег на носочках). Взялись друг за друга (сесть друг за другом, ноги упираются в спину сидящего), потянули репку (наклоны вперед) и вытащили репку. Устали, легли на спину. А потом встали, показали, какая репка была большая (потянулись вверх), и захлопали от радости в ладоши (хлопки над головой). В конце сказали на выдохе: «Тянули, тянули...вытянули репку!»

4.Конкурс «**Волшебный мешочек**»

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

- ✓ 1. фасоль *(развитие мелкой моторики рук, дыхательная гимнастика)*
- ✓ 2. травяной сбор *(фитотерапия)*
- ✓ 3. диск *(музыкотерапия)*
- ✓ 4. апельсин *(ароматерапия, витаминизация)*
- ✓ 5. мыльные пузыри *(дыхательная гимнастика)*
- ✓ 6. кукла *(игротерапия)*
- ✓ 7. перчатка *(пальчиковая гимнастика)*
- ✓ 8. цветок *(цветотерапия)*
- ✓ 9. цветные карандаши *(арт-терапия)*

✓ 10. книга сказки (сказкотерапия)

5. Конкурс *Упражнение «Воздушный шар»*

(о ценности здоровья для человека)

Ведущий раздаёт листы А-4 на которых изображён воздушный шар. «На рисунке вы видите воздушный шар, который летит над землей. Дорисуйте человечка в корзине воздушного шара. Это Вы. Вокруг Вас ярко светит солнце, голубое небо. Напишите, какие 9 ценностей важные для Вас настолько, что Вы взяли бы их с собой в путешествие (например, деньги, здоровье, семья, работа, любовь и др.). А теперь представьте, что ваш воздушный шар начал снижаться и грозит скоро упасть. Вам нужно избавиться от балласта, чтобы подняться вверх. Сбросьте балласт, то есть вычеркните 3 (а потом еще 3) слова из списка. Что вы оставили в списке?»

Все зачитывают по кругу свои жизненные ценности. Педагог записывает их на доске. Если слова повторяются, то педагог ставит плюсы. Затем определяется рейтинг жизненных ценностей по количеству плюсов и по важности для присутствующих. Например, 1 место – здоровье, 2 место – семья. Обсуждение результатов.

Сейчас с помощью итогового *упражнения «Я работаю над своим здоровьем»*, мы увидим ведете ли вы ЗОЖ. Я буду задавать вопросы, если ответ положительный, то делаете шаг вперед, если отрицательный – не двигаетесь.

- я ежедневно выполняю утреннюю гимнастику;
- я ежедневно совершаю прогулки перед сном;
- я посещаю бассейн, тренажерный зал или занимаюсь каким-либо спортом;
- я периодически провожу разгрузочные дни;
- у меня отсутствуют вредные привычки;
- соблюдаю режим дня;
- я правильно питаюсь;
- я эмоционально уравновешен;
- я выполняю профилактику заболеваний, принимаю витамины;

- прохожу медосмотры;

- я предпочитаю автомобилю ходьбу пешком;
- веду активный образ жизни.

Итак, кто из вас оказался рядом с бесценным сокровищем «здоровье»? Это упражнение помогло наглядно увидеть, на правильном ли вы пути, помогаете ли вы себе в укреплении здоровья, ведете ли здоровый образ жизни.

Я думаю, что каждый из нас знает, что своё здоровье нельзя купить ни за какие деньги. Оно сохраняется или приобретается ежедневным трудом. Давайте же человеческую ценность – «здоровье» поставим из всех своих приоритетов на 1-ое место. И давайте это важное дело не оставлять на

понедельник, а начнем прямо сейчас, неважно утро это, день или вечер.

Уважаемые коллеги! Я очень надеюсь, что время, проведенное в этом зале, подарило Вам не только знания для вашей педагогической деятельности, но и укрепило ваш дух и ощущение здоровья! Вы справились с заданиями отлично. Большое спасибо всем участникам.