

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 47 комбинированного вида»
юридический адрес 624440, Свердловская область, г. Краснотурьинск, ул. Клубная, 12
телефон 8 (34384) 3-02-79 e-mail: mbdou47@bk.ru

Деловая игра с педагогами «Мы за здоровый образ жизни»



Разработчик
Никульшина И.В.,
старший воспитатель

ГО Краснотурьинск
2021 год

**муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 47 комбинированного вида»
юридический адрес 624440, Свердловская область, г. Краснотурьинск, ул. Клубная, 12
телефон 8 (34384) 3-02-79 e-mail: mbdou47@bk.ru**

Цель: систематизирование знаний педагогов по вопросам оздоровления и формирования навыков здорового образа жизни.

Задачи:

1. Формировать и закреплять профессиональные знания, умения и навыки педагогов в оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста и формировании основ здорового образа жизни.
2. Способствовать росту педагогического мастерства, создать благоприятную атмосферу для творческой работы всех участников.
3. Совершенствовать умение дискутировать, выступать.

Участники:

- воспитатели всех возрастных групп, специалисты

Принципы деловой игры:

- демократичность;
- гласность;
- практическая полезность;
- максимальная занятость;
- перспективы творческой деятельности каждого педагога.

Критерии оценки деятельности в деловой игре:

- педагогическое мастерство;
- умение находить оптимальные, простые и действенные решения;
- уровень активности участников;
- творческий подход к решению задач игры.

Предварительная работа:

- изучение научно – методической литературы по данной тематике;
- проведение консультаций по тематике
- проведение тематической проверки;
- изготовление дидактических пособий по ЗОЖ;

Методическое обеспечение:

Методы активного обучения:

- дискуссия;
- игровые;
- неигровые методы (анализ конкретных ситуаций, решение ситуативных задач).

Реквизит:

свето-звуковые кнопки; круги диаметром 5 см. четырёх цветов (красный, жёлтый, зелёный, синий) по количеству игроков; кроссворды – 4 штуки; 4 листа бумаги А4; 4 набора фломастеров; «Чудесный мешочек» с набором предметов для 1 команды: фасоль, кукла, диск, цветок; «Чудесный мешочек» с набором предметов для 2 команды: мыльные пузыри, подушечка с травой, перчатка, апельсин; «Чудесный мешочек» с набором предметов для 3 команды: мыльные пузыри, подушечка с травой, цветные карандаши, горох; «Чудесный мешочек» с набором предметов для 4 команды: перчатка, апельсин, диск, цветок; лепестки цветка для рефлексии, костюмы сказочных персонажей Красной шапочки и бабушки.

Правила игры:

педагоги делятся на 4 команды, каждая команда выбирает капитана. Время подготовки к конкурсу: не более 3 минут. Чтобы получить право отвечать на вопрос, нужно нажать звуковую кнопку первым. Если команда дала не правильный ответ, она теряет право второй раз отвечать на этот вопрос. Среди других команд разыгрывается право ответа, нажимом кнопки повторно. Жюри оценивает каждый конкурс и подводит общий итог.

План деловой игры:

1. Мотивационно – организационный этап.
2. Содержательный этап.
3. Заключительный этап.

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.

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. 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.

**муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 47 комбинированного вида»
юридический адрес 624440, Свердловская область, г. Краснотурьинск, ул. Клубная, 12
телефон 8 (34384) 3-02-79 e-mail: mbdou47@bk.ru**

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
Гимнастика пробуждения
Физкультурные досуги и праздники
День здоровья
Формирование культурно-гигиенических навыков
Подвижные игры
Походы, экскурсии
Динамические паузы на занятиях
Закаливающие процедуры
Занятия по ОБЖ и ЗОЖ

Итак, тема нашей сегодняшней **деловой игры** посвящена здоровью.

Для этого нам нужно разделиться на четыре команды. *(на подносе кружки четырёх цветов по количеству педагогов, участвующих в игре)*

Каждый из вас выбрал себе кружок понравившегося цвета. Прошу Вас занять места за столами такого же цвета.

Ведущий представляет членов жюри.

Страница 1. «Приветствие»

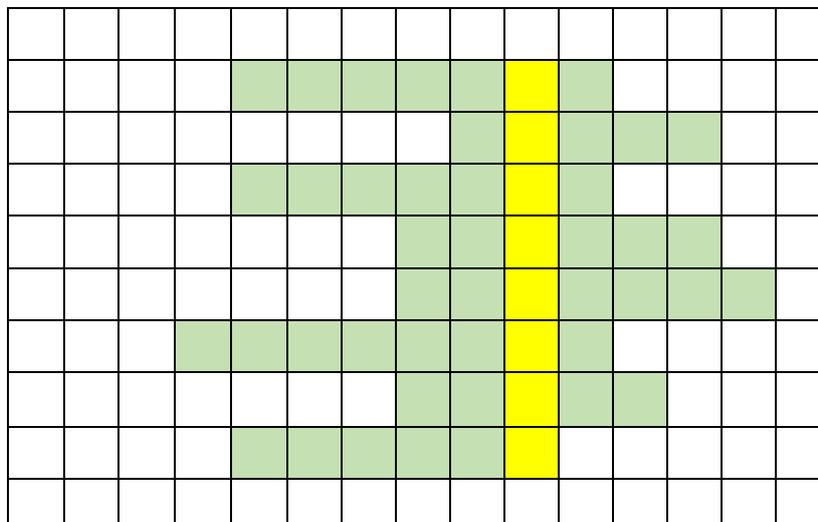
Придумать и представить название и девиз команды, приветствие и пожелания команде соперников. *(время выполнения 3 минуты)*

Жюри оценивает конкурс. Максимальный балл – 3 балла.

Страница 2. «Разминка» Отгадай выделенное слово в кроссворде.

Команды получают кроссворд, касающиеся темы «здоровье», который необходимо разгадать и определить слово, объединяющее отгаданные слова. Команда, которая разгадала кроссворд нажимает на кнопку и оглашает свой ответ.

Кроссворд 1



1. Я красна, да не девица,
Зелена, да не дубрава
С хвостом, да не мышь
2. Жёлтый цитрусовый плод
В странах солнечных растёт.
Но на вкус кислейший он,
А зовут его...
3. Стоит Антошка на одной ножке,
На нём сто одежек
Не скроены, не сшиты,
А весь в рубцах.
4. Далеко на юге где-то
Он растёт зимой и летом.
Удивит собою нас
Толстокожий...
5. Всех круглее и краснее
Он в салате всех вкуснее
И ребята с давних пор
Очень любят...
6. С виду он как рыжий мяч,
Только вот не мчится вскачь.
В нём полезный витамин –
Это спелый...
7. Знают этот фрукт детишки,
Любят есть его мартышки.
Родом он из жарких стран
В тропиках растёт...
8. Под листочками у грядки
Лягушата спят на грядке,
Все зелёные, прыщеватые,
А животики беловатые.

Какое слово получилось в выделенном столбике?

Кроссворд 2

			1											
			2											
		3												
			4											
	5													
		6												
7														
		8												

1. Утро начинай с ...
2. Принимай прохладный...
3. Мойся с мылом и...
4. Причеси волосы...
5. Занимайся...
6. Ешь побольше фруктов и...
7. Не сиди больше 30 минут за...
8. Включай в свой режим дня...

Какое слово получилось в выделенном столбике?

Кроссворд 3

			1											
			2											
	3													
			4											
	5													
			6											
7														
		8												

1. Утром раньше поднимайся,
 Прыгай, бегай, отжимайся.
 Для здоровья, для порядка
 Людям всем нужна.....

1. Кафтан на мне зелёный –
А сердце, как кумач.
На вкус, как сахар, сладок,
А сам похож на мяч.
2. Две сестры
Летом зелены.
К осени одна краснеет,
Другая чернеет.
3. Чистое небо, да невода,
Клейкое, да не смола,
Белое, да не снег,
Сладкое, да не мёд,
От рогатого бегут,
Малым детям дают.
4. В поле большом,
Под зелёным кустом
Лежат в земле яички
Снесли их не птички
5. Сидит Яшка
Красная рубашка
Брюшко светло
Камушками набито.
6. Красный бычок
На волоске привязан
7. Красная девица
Росла в темнице.
Люди в руки брали,
Косы отрывали.
8. Бьют меня палками,
Жмут меня камнями,
Держат меня в огненной пещере,
И за что меня так любят?

Какое слово получилось в выделенном столбике?

Жюри оценивает конкурс. Максимальный балл – 4 балла. Команда, решившая кроссворд правильно первой получает 4 балла, 2 – 3 балла, 3 – 2 балла и 4 – 1 балл.

Страница 3. «Ответь правильно»

Ведущий читает вопрос, команда нажимает кнопку и отвечает на вопрос. Жюри подсчитывает количество правильных ответов каждой команды.

1. Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее... (3 часов)
2. Что необходимо провести в середине занятия? (физкультминутку)
3. Сколько раз в неделю проводят физкультурные занятия с детьми 3-7 лет? (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.)

Жюри оценивает конкурс. На сколько вопросов команда ответила правильно – столько и очков.

Страница 4. «Игровая пауза»

«Бабушка и Красная шапочка» (обыгрывают два подготовленных заранее воспитателя).

Под музыку из к/ф «Красная шапочка» входит Красная шапочка. Навстречу ей – её Бабушка.

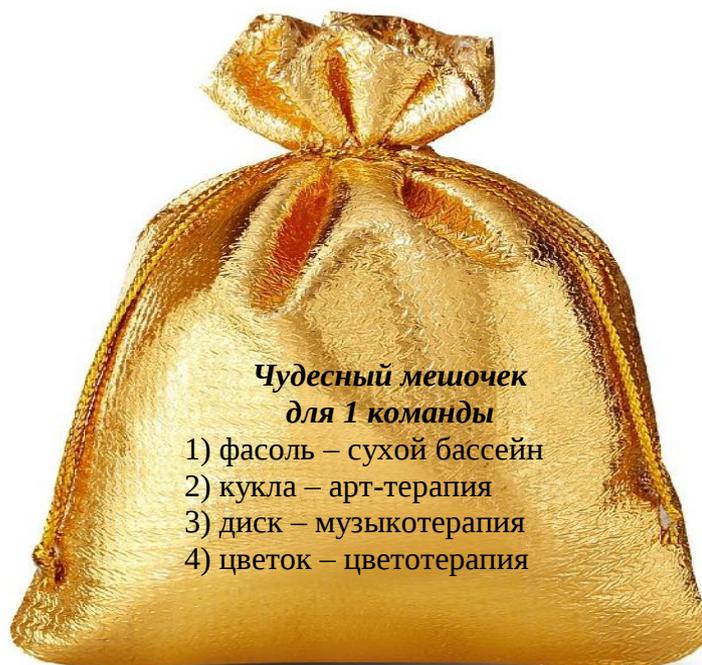
Между ними происходит диалог:

- Бабушка, а бабушка, почему у тебя такое морщинистое лицо?
- Это потому что я не любила в детстве умываться по утрам и вечерам, моя внученька.
- Бабушка, а почему у тебя такие желтые зубы?
- Потому, что я их не чистила и курила, как и твой дедушка.
- Бабушка, бабушка, почему у тебя такие тусклые глаза?
- Потому, что я не любила есть морковь, моя внученька, и постоянно сидела в гаджетах.
- Бабушка, бабушка, а почему ты вся дрожишь и медленно ходишь?
- Это потому, моя Деточка, что по утрам не делала зарядку.

Вместе: Если не хочешь, чтобы тебя съел Серый волк, как бабушку, веди здоровый образ жизни!

Страница 5. «Волшебный мешочек»

Каждая команда получает Волшебный мешочек с предметами. Членам команды, достав предметы из мешочка определить, с какой целью в оздоровлении может быть использован тот или иной предмет. Когда ответ готов, команда нажимает кнопку.



Жюри оценивает конкурс. Максимальный балл – 4 балла. Команда, выполнившая задание раньше всех и правильно получает 4 балла, соответственно, 2 – 3 балла, 3 – 2 балла и 4 – 1 балл.

Страница 6. «Цветопауза»

Ведущий: Разные цвета постоянно вокруг нас: они нас украшают, радуют, направляют, предостерегают. Но помимо этого, если использовать их правильно, можно получить реальную пользу для здоровья, утверждают психотерапевты и биоэнергетики.

Красный



- Красный цвет стимулирует кровообращение.
- Помогает образовываться эритроцитам.
- Положительно влияет на работу сердца и печени.
- Стимулирует здоровье кожи.
- Укрепляет иммунную систему.
- Стимулирует нервные центры.
- Повышает давление.

Но если очень долго контактировать с красным цветом, он может вызывать перевозбуждение, раздражительность и головную боль.

Оранжевый



- Этот цвет улучшает состояние бронхолегочной системы и гортани, а значит, хорош при бронхите, трахеите, ларингите.
- Согревает организм и помогает от простуды.
- Помогает при неврологических нарушениях.

При передозировке может возникнуть упадок сил и повышенная раздражительность.

Желтый



- Влияет на работу всего желудочно-кишечного тракта и мочевыделительной системы, потому будет полезен, например, при нарушениях функций поджелудочной железы или пониженной секреции желудочного сока.
- Также это цвет зрительного аппарата, поэтому показан при переутомлении глаз или начинающейся близорукости.
- Помогает расслабиться сетчатке и сосудам глаза.

Если долго и много находиться «под влиянием» желтого цвета, может немного подняться температура, повысится раздражительность. Кроме этого, передозировка проявляется ухудшением желчеоттока.

Зеленый



- Зеленый как цвет имеет стабилизирующие свойства. Передозировки этим цветом не бывает.
- Хорош для погашения нервной возбудимости, при эмоциональном переутомлении, стрессах и головной боли.
- Вибрации зеленого могут положительно влиять на желчный пузырь и как следствие на печень.
- Снижает артериальное давление и нормализует сердечные ритмы.

- Полезен при глаукоме, близорукости, болезнях сетчатки и зрительного нерва.

Голубой



- Как и оранжевый, этот цвет положительно влияет на органы дыхания, потому может применяться при заболеваниях горла и легких;
- Применяется при различного рода эндокринных нарушениях;
- В частности, при ревматизме и полиартрите.
- Снижает аппетит, потому поможет людям, склонным к перееданию.
- Уменьшает проявления предменструального синдрома.

При переборе с голубым цветом могут возникнуть усталость и различного рода затвердения и тяжести. Например, в мышцах или в животе. Некоторые биоэнергетики утверждают, что может привести к образованию камней в желче- и мочевыводящих путях.

Синий



- Синий цвет имеет ярко выраженный снотворный эффект, потому его можно применять при бессоннице.
- Может немного снизить температуру тела.
- Способен помочь отделению слизи из носоглотки и уменьшить головную боль при ОРВИ.
- Имеет болеутоляющее свойства.
- Также помогает работе кишечника.

При длительном контакте вызывает меланхолию, ипохондрию, даже депрессивное настроение, а у некоторых — судорожные приступы и панические атаки.

Фиолетовый



- Даже сильнее зеленого способен успокоить центральную нервную систему. Не зря в простонародье существует выражение «мне фиолетово».
- Также благотворно влияет на почки, мочевой пузырь и на головной мозг — после ушибов и даже сотрясения.
- Облегчит состояние при сосудистых нарушениях и прибавит тонуса при потере работоспособности.

Длительное воздействие фиолетового может вызвать тоску, хандру, а многодневное воздействие — депрессию.

Страница 7. «Закончи пословицу»

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, команда, которая первой нажала кнопку, ее заканчивают.

Щи да каша — ... (пища наша)

Здоровье всему... (голова)

Кто спортом занимается... (тот силы набирается)

Забота о здоровье лучшее (лекарство)

Двигайся больше, проживешь... (дольше)

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)

Жюри оценивает конкурс. На сколько вопросов команда ответила правильно – столько и очков.

Страница 8. «Ярмарка педагогических идей» Презентация дидактических пособий

Ведущий: В качестве домашнего задания вам было предложено подготовить дидактическое пособие по ЗОЖ.

Презентация должна проходить по следующему плану:

- Для какого возраста предназначено данное пособие.

- Какие цели оно преследует.

Жюри оценивает конкурс. Максимальная оценка 3 балла.

Страница 9. Рефлексия «Цветок здоровья»

Все участники игры получают лепесток цветка, соответствующего цвету команды

Ведущий: У вас на столе лежат лепестки цветка, необходимо написать на лепестках, какие ассоциации возникают у вас, когда вы думаете о здоровье ребёнка?

Педагоги пишут на лепестках ассоциации, ведущий прикрепляет их на мольберте.

После того, как ассоциации названы, подводятся итоги, обобщающий ответы.

Ведущий: Таким образом, чтобы наши дети в детском саду были здоровы, необходимо их научить безопасности в современных условиях, осознанному отношению к своему здоровью, т.е. адаптировать детей к тем условиям, что их может ожидать или непременно будет ожидать. И, конечно, же, необходимо воспитывать потребность детей к здоровому образу жизни, научить их правильно относиться к своему здоровью.

Использованные интернет-ресурсы:

1. <https://mag.103.by/novosti-kompanii/47023-krasnyj-stimulirujet-krovoobrashhenije-zelenyj-pomogajet-pri-blizorukosti-kak-cveta-mogut-vlijaty-zdorovyje/>
2. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/upravlenie-dou/2016/03/17/delovaya-igra-dlya-vozpitateley-zdorove-eto-vazhno>