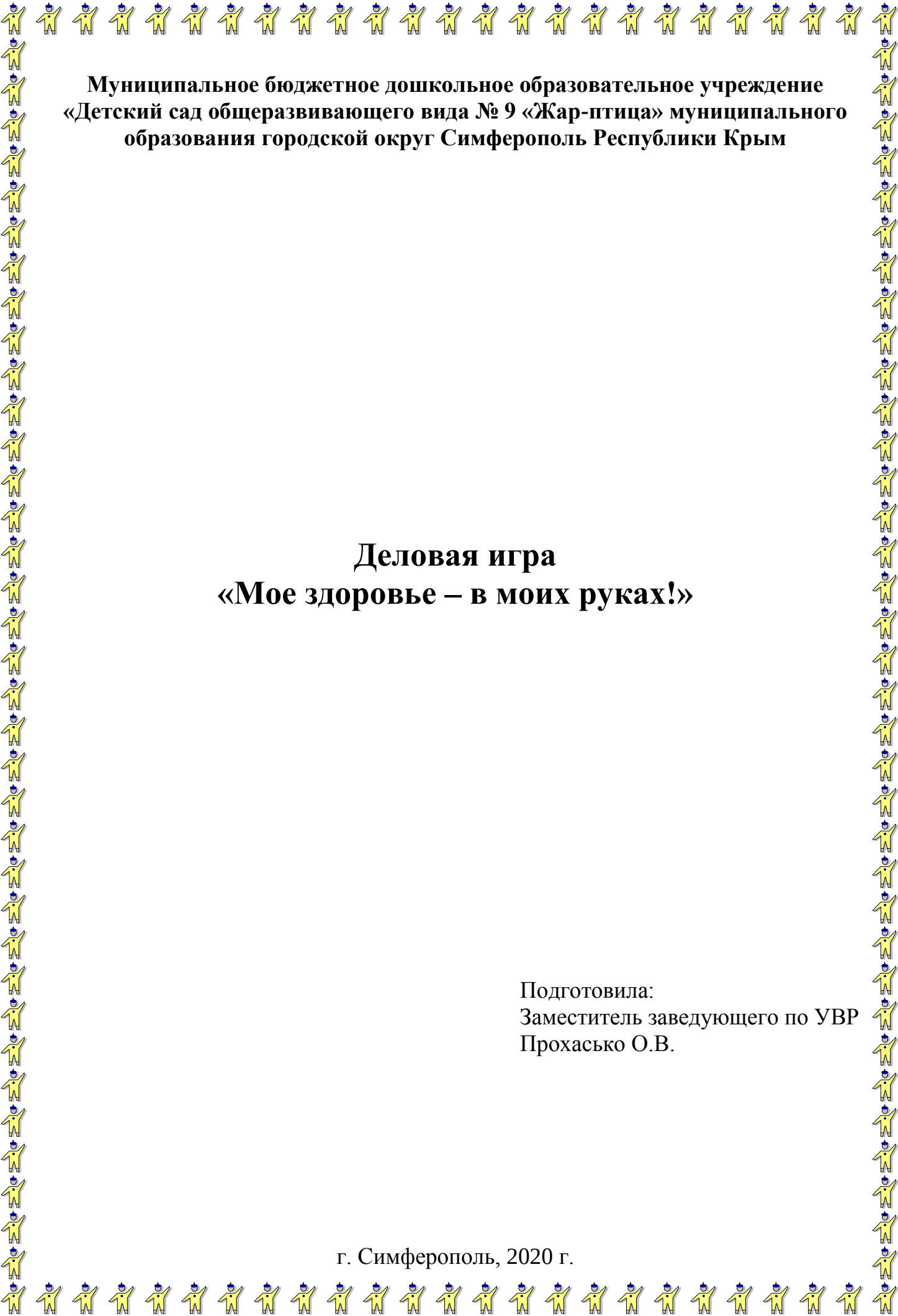




**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида № 9 «Жар-птица» муниципального
образования городской округ Симферополь Республики Крым**

**Деловая игра
«Мое здоровье – в моих руках!»**

Подготовила:
Заместитель заведующего по УВР
Прохасько О.В.

г. Симферополь, 2020 г.

Цель: систематизировать знания педагогов по вопросам оздоровления дошкольников и формирования у них навыков здорового образа жизни.

Принципы деловой игры:

- практическая полезность;
- гласность;
- демократичность;
- максимальная занятость;
- перспективы творческой деятельности каждого педагога. (слайд 2)

Ход деловой игры:

Здравствуйте, уважаемые коллеги! Согласитесь, приятно чувствовать себя здоровым, бодрым и весёлым! Нашу деловую игру я хотела бы начать с притчи: *«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? «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.

Разделиться на 3 команды (выбрать капитана и придумать название, связанное со здоровьем и девиз команды)

(слайд 3-4) Станция №1 «Гимнастика для ума»

Продолжить пословицы о здоровье:

Команда №1

1. Чисто жить ... (здоровым быть).
2. Здоровье всему.... (голова)
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)

Команда №3

1. Чистота ... (залог здоровья).
2. Здоровье дороже ... (золота).
3. Если хочешь быть здоров ... (закаляйся).
4. В здоровом теле ... (здоровый дух).
5. Здоровье за деньги ... (не купишь).

Команды очень быстро справились с заданием, поэтому предлагаю задание посложнее. Все вы знаете, что на практике формы реализации пропаганды и внедрения ЗОЖ в детском саду делятся на три большие группы: **технологии стимулирования и сохранения здоровья, технологии обучения здоровому образу жизни, коррекционные технологии.** Вам предстоит распределить значение каждой из форм работы при организации образовательного процесса в течение дня.

(слайд 5) Станция №2 «Заморочки из бочки». Проверка (слайды 6-11)

Технологии стимулирования и сохранения здоровья	Динамические паузы	проводятся во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой гимнастики и других в зависимости от вида занятия.
	Подвижные и спортивные игры	проводятся ежедневно как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней степени подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения.
	Релаксация	обеспечение и поддержка душевного равновесия, балансировка положительных и отрицательных эмоций, для психического здоровья детей.
	Гимнастики	пальчиковая - проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, особенно, с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени. для глаз - проводится ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога. дыхательная - проводится в различных формах физкультурно - оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом. бодрящая (побудка) проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В её комплекс входят упражнения на кроватках на пробуждение, упражнения на коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки, обширное умывание.
Технологии обучения здоровому образу жизни	Утренняя гимнастика	проводится ежедневно 6-8 мин. с музыкальным сопровождением. Музыка сопровождает каждое упражнение. У детей при этом формируются ритмические умения и навыки.

	Физкультурные занятия	проводятся 3 раза в неделю. Они направлены на обучение двигательным умениям и навыкам. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета. А присутствие музыки на занятиях способствует улучшению психологического и физиологического состояния организма ребёнка.
	Валеологические занятия	проводятся занятия, на которых дети должны узнавать больше о своем здоровье и теле.
	Коммуникативные игры	проводятся один-два раза в неделю, длятся не более получаса и включают различные игры, инсценировку, беседы, лепку или рисование.
	Игротерапия и игровые тренинги	проводятся после дневного сна в свободное время в виде проблемно-игровых занятий. Процесс игры может сопровождаться как активными действиями детей, так и пассивным их участием.
	Самомассаж	массаж, выполняемый самим ребёнком. Он улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, улучшить осанку. Он способствует не только физическому укреплению человека, но и оздоровлению его психики, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм. самомассаж - это профилактика сколиозов, простудных заболеваний, форме ежедневно в виде пятиминутного занятия или в виде динамической паузы на занятиях.
	Активный отдых	(физкультурный досуг, физкультурный праздник, музыкальный досуг, «День здоровья»). При проведении досугов, праздников все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания, при этом дети ведут себя более раскованно, чем на физкультурном занятии, и это позволяет им двигаться без особого напряжения. При этом используются те двигательные навыки и умения, которыми они уже прочно овладели, поэтому у детей проявляется своеобразный артистизм, эстетичность в движениях.
Коррекционные технологии	Артикуляционная гимнастика	упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти), необходимые для правильного звукопроизношения, помогают быстрее «поставить» правильное звукопроизношение, преодолеть уже сложившиеся нарушения звукопроизношения.
	Музикотерапия (технология музыкального воздействия)	музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния (от

		умиротворенности), покоя и гармонии до беспокойства, подавленности или агрессии).
	Сказкотерапия	используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание.
	Цветотерапия	помогает в повышении эмоционального настроения, снятия чувства усталости и напряжения. Может использоваться в качестве отдельного занятия несколько раз в месяц (2-4), либо же в роли оформления помещения группы на постоянной основе.
	Изотерапия	это терапия рисованием, для этого подходят все виды художественных материалов: краски, карандаши, восковые мелки, пастель, бумага различной фактуры, цвета и размера, кисти разных размеров и жесткости, грим, уголь, соленое тесто, глина и т.д.
	Су-Джок терапия	массаж кистей специальными шариками и эластичными кольцами, массаж стоп. Формы работы с Су-Джок – различные пальчиковые упражнения как шариком Су-Джок, так и с эластичным кольцом. Каждое упражнение сопровождается небольшим стишком, потешкой. Эту работу можно проводить в течение 1-2 минут перед выполнением заданий, связанных с рисованием, лепкой, письмом, проводить в качестве пальчиковой гимнастики во время динамической паузы на занятиях.

(слайд 12) Станция №3 Актуальная

ФГОС приказ №1155 от 17.10.2013

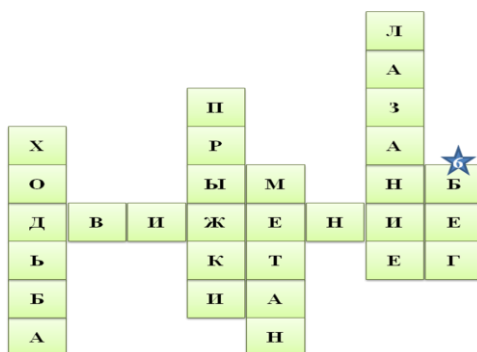
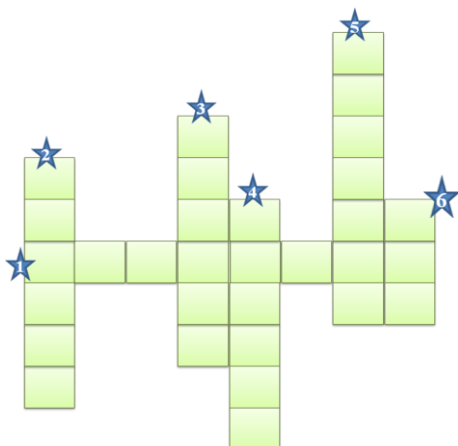
Вступил в силу с 1 января 2014 года

- 1. Задачи ФГОС направленные на здоровьесбережение детей?
1.6. Стандарт направлен на решение следующих задач:
1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2.Содержание области Физическое развитие, направленное на здоровьесбережение детей?

2.6. Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; **становление ценностей здорового образа жизни, овладение его**

элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Кроссворд №1 (слайд 13)



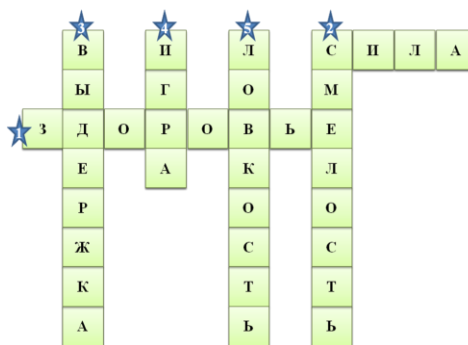
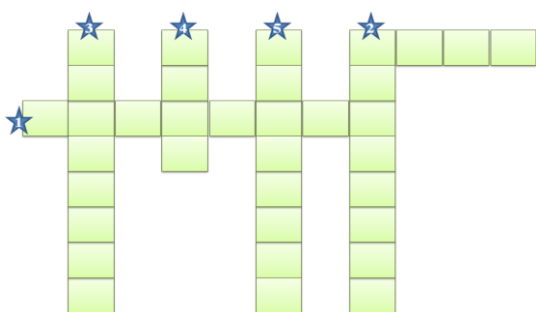
По горизонтали:

1. Двигательная активность (одним словом)

По вертикали:

2. Основной вид движения
3. Основной вид движения
4. Основной вид движения
5. Основной вид движения
6. Основной вид движения

Кроссворд №2 (слайд 14)



По горизонтали:

1. Самое главное в жизни человека
2. Физическое качество

По вертикали:

2. Волевое качество
3. Волевое качество
4. Ведущий вид деятельности у дошкольников
5. Физическое качество

Вы совершенно правильно разгадали предложенные кроссворды. Действительно, к основным движениям относятся **ходьба, бег, лазанье, прыжки, метание, упражнения в равновесии**. Они называются основными потому, что человек ими пользовался с давних времен как средством передвижения, добычи пищи и защиты от нападения. Эти движения в настоящее время имеют важное значение для человека: одни из них (ходьба, бег) являются способами передвижения; другие используются в естественных условиях (прыжки через канавку); третьи применяются для решения задач физического воспитания.

(слайд 15) А.В. Кенеман и Д.В. Хухлаева дали следующее определение основным видам движения: *«Основные движения - это жизненно необходимое для человека движения, которыми он пользуется в своей многообразной деятельности; ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье; постоянным, необходимым компонентом этих движений является чувство равновесия».*

(слайд 16) Станция №4 «Теремок здоровья»

Достаньте из мешочка три предмета. Вам нужно вспомнить какую здоровьесберегающую технологию он отражает и попроситься в Теремок здоровья, объяснив, почему хозяйка теремка «Здоровушка-поскакушка» должна впустить героя, что у них общего, сказав: «Тук-тук-тук. Кто в домике живет? ... Я – мячик-су-джок»

- 1) шарик су-джок – су-джок терапия
- 2) подушечка с травой – фитотерапия
- 3) диск – музыкотерапия
- 4) аромолампа – ароматерапия
- 5) мыльные пузыри – дыхательная гимнастика
- 6) сказка -сказкотерапия
- 7) краски – изотерапия
- 8) палитра цветов – цветотерапия.

(слайд 17) Станция 5. «Переводчик»

Коллеги, у каждой команды карточка с текстом пальчиковой гимнастики. Вам нужно с помощью мимики, рук изобразить смысл текста для того, чтобы команда соперников отгадала текст пальчиковой гимнастики.

Апельсин

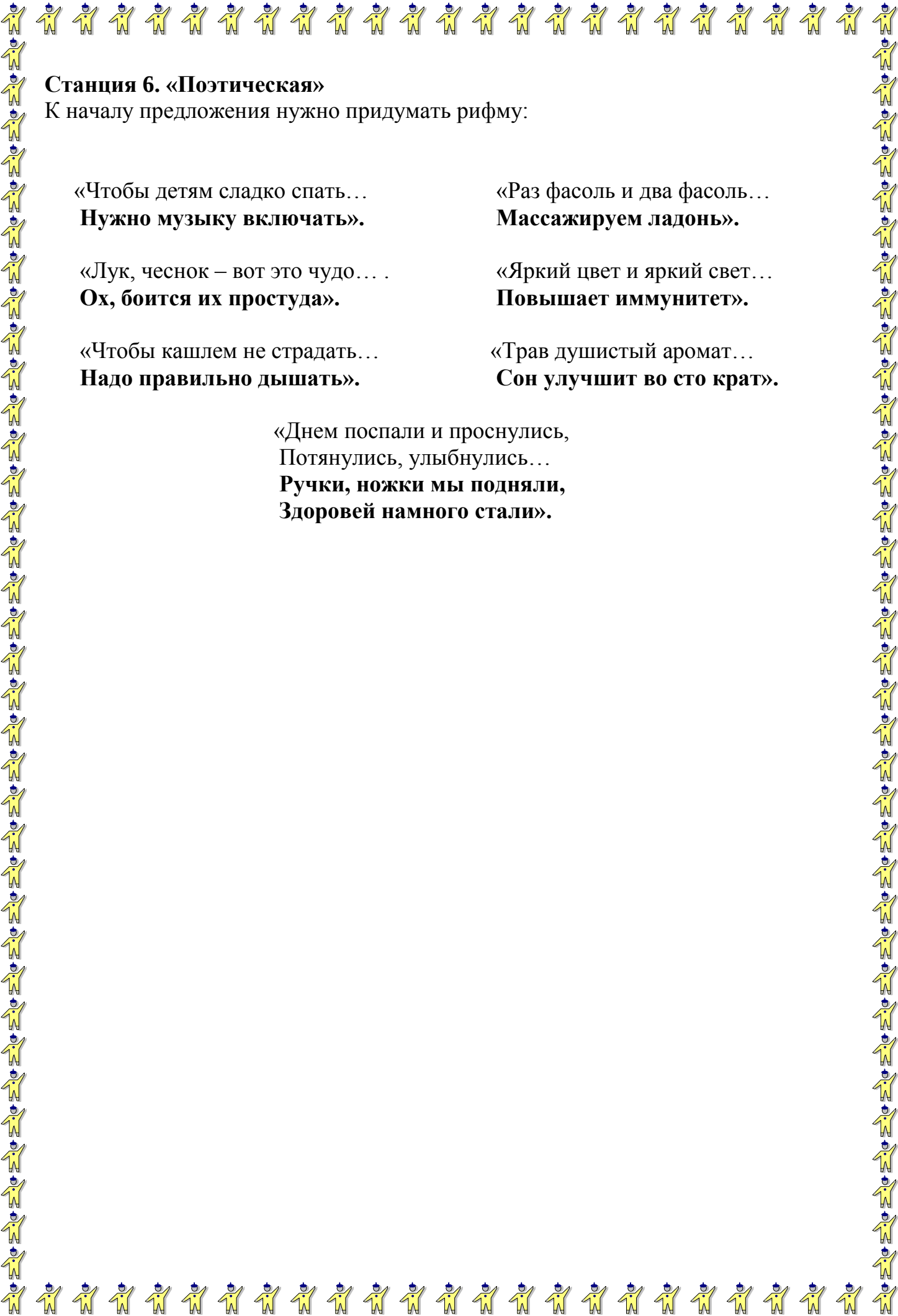
Мы делили апельсин.
Много нас, а он один!
Эта долька для ежа,
Эта долька для чижа,
Эта долька для утят,
Эта долька для котят,
Эта долька для бобра,
Ну, а волку - кожура.
Он сердит на нас - беда!
Разбегайся кто куда!

Замок

На дверях висит замок,
Кто его открыть бы смог?
Потянули,
Покрутили,
Постучали
И открыли.

За грибами

Этот пальчик в лес пошел,
Этот пальчик гриб нашел,
Этот пальчик чистить стал,
этот пальчик жарить стал,
Этот пальчик только ел –
От того и потолстел.



Станция 6. «Поэтическая»

К началу предложения нужно придумать рифму:

«Чтобы детям сладко спать...
Нужно музыку включать».

«Раз фасоль и два фасоль...
Массажирем ладонь».

«Лук, чеснок – вот это чудо...
Ох, боится их простуда».

«Яркий цвет и яркий свет...
Повышает иммунитет».

«Чтобы кашлем не страдать...
Надо правильно дышать».

«Трав душистый аромат...
Сон улучшит во сто крат».

«Днем поспали и проснулись,
Потянулись, улыбнулись...
**Ручки, ножки мы подняли,
Здоровей намного стали».**