

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 393 г. Челябинска»

Деловая игра с педагогами

«Час здоровья»

Воспитатель высшей квалификационной категории:

Маткина А.С.

Деловая игра с педагогами ДОУ «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: Участники делятся на 2 команды, каждая команда выбирает капитана.

Звучит мелодия песни «Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались».

Уважаемые педагоги! Мы собрались в этом зале для того, чтобы пообщаться в дружеской обстановке, снять усталость, получить заряд бодрости и приобрести хорошее настроение. Ведь только здоровый педагог может вырастить здорового ребенка. А так, как ведущая деятельность детей - игровая, то и нам предстоит с вами поиграть. Наша игра называется «Час здоровья». В игре примут участие две команды.

Представьтесь, пожалуйста.

«Румяные щечки»

Румяные щечки

Горят, как цветочки.

Здоровьем дышим,

Легко дышим.

«Задорные девчата»

Мы – задорные девчата,

Трудности нам нипочем.

Обойдем мы все преграды

И к победе мы придем.

Ведущий.: А жюри сегодня не будет. Потому, что в нашей игре должна победить дружба, ее итогом - стать отличное настроение.

Ведущий.: Итак, наша игра посвящена здоровью и здоровому образу жизни.

1 задание – «Придумай слово на заданную букву»

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.

1. «О» - осанка, обувь, одежда, обед, овощи,

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

1. «О» - опрятность, осторожность, отдых, обоняние.

2. «В» - вода, воздух, витамины.

Вместе. «Е» - еда, ежевика, единство.

Ведущий.: Все это в единстве и совокупности и есть здоровье.

Задание 2 – «Составь девиз»

Необходимо сформулировать девиз игры. Для этого нужно найти каждой букве в таблице свое место. Если задание выполнено правильно, то в клетках будет можно прочесть известную пословицу.

Ю З Д Ь В О Р О ___ Е Ц Ы Н ___ Т Н Е

Ответ: Здоровью цены нет.

Ведущий.: «Берегись бед, пока их нет» - гласит русская народная пословица. Пословиц о здоровье великое множество, давайте попробуем их вспомнить.

Задание 3 - «И что нам горе, когда пословиц море»

Ведущий читает начало пословицы, участники ее заканчивают.

- Щи да каша – (пища наша).
- Чистота – (залог здоровья).
- Здоровье дороже - (золота).
- Здоровье в порядке – (спасибо зарядке).
- Если хочешь быть здоров – (закаляйся).
- В здоровом теле – (здоровый дух).
- Здоровье за деньги - (не купишь).
- Будет здоровье – (будет все).
- Голову держи в холоде - (а ноги в тепле).
- Заболел живот, держи - (закрытым рот).
- Быстрого и ловкого - (болезнь не догонит).
- Болен - лечись, а здоров – (берегись).
- Здоров будешь – все (добудешь).
- Курить – здоровью (вредить).

Задание 4 - «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 (аромотерапия, витаминизация)
- 5) мыльные пузыри (дыхательная гимнастика, психогимнастика)
- 6) кукла (игротерапия)
- 7) перчатка (пальчиковая гимнастика)
- 8) цветок (цветотерапия)
- 9) цветные карандаши (арт-терапия)
- 10) су-джок (массаж)

Задание 5 – «Найди соответствие»

Закончить фразу, найдя ее продолжение во втором столбике.

1. Чтобы детям сладко спать. Нужно музыку включать
2. Лук, чеснок - вот это чудо. Ох, боится их простуда
3. Чтобы кашлем не страдать. Надо правильно дышать
4. Раз фасоль и два фасоль. Массажуем ладонь
5. В шарик воздух нагоняем... Объем легких расширяем
6. Яркий цвет и яркий свет. Повысят ваш иммунитет
7. Трав душистый аромат. Сон улучшит во сто крат

Задание 6 – «Черный ящик»

Необходимо определить, что лежит в черном ящике.

Ведущий.: Данный предмет у сибирских шаманов олицетворял строение мира. В детском саду он используется исключительно в области физкультуры. Что же это? (БУБЕН)

Задание 7 – Педагогические упражнения «Переводчик»

У каждой команды лист с текстом пальчиковой гимнастики. Командам нужно с помощью мимики, рук изобразить смысл текста для того, чтобы команда соперников отгадала и прочитала текст пальчиковой гимнастики.

Мы капусту рубим, рубим,

Мы капусту солим, солим,

Мы капусту жмем, жмем,

Мы капусту трем, трем,

И в бочку положили,

Крышечкой закрыли.

Этот пальчик — дедушка,

Этот пальчик — бабушка,

Этот пальчик — папочка,

Этот пальчик — мамочка,

Этот пальчик - я,

Вот и вся моя семья.

Задание 8 – «Реши кроссворд»

Звучит легкая музыка. Команды решают предложенный им кроссворд.

Кто быстрее.

Кроссворд «Немного о спорте»

1. Комплекс спортивных оздоровительных программ с элементами аэробики, шейпинга, танцевальных движений.
2. Абсолютная чемпионка мира по спортивной гимнастике в личном первенстве в Афинах, 2002 г.
3. Начало любого соревнования на скорость.
4. Спортивная командная игра с мячом, который забрасывают в кольцо.
5. Известный российский тренер по фигурному катанию.
6. Двух или трехколесное транспортное средство.
7. спортивная игра с мячом и ракеткой на корте.
8. Спортивная игра с клюшкой и шайбой.
9. Скоростные соревнования на автомобилях.
10. Конечная черта соревнования на скорость.

Ответы:

1. Фитнес.
2. Хоркина
3. Старт
4. Баскетбол
5. Тарасова
6. Велосипед
7. Теннис
8. Хоккей
9. Ралли
10. Финиш

Ведущий.: Музыка способна изменять психическое и физическое состояние

каждого человека. Одни мелодии доставляют радость, улучшают

настроение. Другие - замедляют пульс, нормализуют давление. Слушая

классическую музыку можно снять или облегчить головную боль.

Задание 9 – «В мире музыки»

Звучит легкая музыка. Работа с карточками.

Задание: соединить стрелочкой имя композитора и его фамилию.

Геннадий ___ Гладков (Геннадий)

Петр ___ Глинка (Михаил)

Ференц ___ Россини (Джоаккино)

Иоган ___ Штраус (Иоган)

Джоаккино ___ Бетховен (Людвиг Ван)

Людвиг Ван ___ Лист (Ференц)

Михаил ___ Чайковский (Петр)

Сергей ___ Рахманинов (Сергей)

Задание 10 «Интересные вопросы».

Команды отвечают по очереди.

1. Знаком ли кашель эскимосам? (нет, за полярным кругом нет бацилл)
2. Кто родной брат кашля? (насморк)
3. Застенчивость – это болезнь? (нет)
4. Болезнь грязных рук. (дизентерия, гепатит (желтуха), туберкулёз, желудочно-кишечные заболевания)
5. Какие болезни таит в себе глоток воды из реки или озера? (холера, дизентерия, гепатит, гельминты)
6. Как избежать солнечного удара? (носить головной убор, обильное питьё, меньше находится на солнце)
7. Записки, понятные только аптекарю. (рецепт)
8. Врач разговорного жанра. (логопед)
9. Специальность Айболита. (ветеринар)
10. У кого давление всегда на высоте? (гипертоник)

Ведущий.: «Час здоровья» подошел к концу. Надеемся, что наша встреча была для вас полезной, зарядила вас положительными эмоциями и хорошим настроением. Пусть девиз «Наше здоровье в наших руках» станет вашим постоянным спутником жизни! До новых встреч!

Заданные буквы: З, Д, О, Р, О, В, Е.

1. «З» -

2. «Д» -

3. «О» -

4. «Р» -

5. «О» -

6. «В» -

7. «Е» -

Ю З Д Ъ В О Р О ____ Е Ц Ы Н ____ Т Н Е

Закончить фразу, найдя ее продолжение во втором столбике.

- | | |
|--------------------------------|-------------------------|
| 1. Чтобы детям сладко спать. | Сон улучшит во сто крат |
| 2. Лук, чеснок - вот это чудо. | Нужно музыку включать |
| 3. Чтобы кашлем не страдать. | Надо правильно дышать |
| 4. Раз фасоль и два фасоль. | Массажирuem ладонь |
| 5. В шарик воздух нагоняем... | Ох, боится их простуда |
| 6. Яркий цвет и яркий свет. | Повысят ваш иммунитет |
| 7. Трав душистый аромат. | Объем легких расширяем |

Задание: соединить стрелочкой имя композитора и его фамилию.

Геннадий ____ Гладков

Джоаккино ____ Бетховен

Петр ____ Глинка

Михаил ____ Чайковский

Ференц ____ Россини

Людвиг Ван ____ Лист

Иоган ____ Штраус

*Мы капусту рубим, рубим,
Мы капусту солим, солим,
Мы капусту жмем, жмем,
Мы капусту трем, трем,
И в бочку положили,
Крышечкой закрыли.*

*Этот пальчик — дедушка,
Этот пальчик — бабушка,
Этот пальчик — папочка,
Этот пальчик — мамочка,
Этот пальчик - я,
Вот и вся моя семья.*

«Румяные щечки»

Румяные щечки

Горят, как цветочки.

Здоровьем пышем,

Легко дышим.

«Задорные девчата»

Мы – задорные девчата,

Трудности нам нипочем.

Обойдем мы все преграды

И к победе мы придем.