Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №8 «Белоснежка»

Деловая игра для педагогов

 **«Игра – среда здоровьесбережения»**

 Инструктор по физической культуре: Раджабова Г.И

**Декабрь, 2024г.**

**Цель:**  Повышение компетентности педагогов  в области образовательных технологий  здоровьесбережения, а также систематизация знания педагогов по вопросам оздоровления дошкольников.

**Задачи:**

1. Формировать и закреплять профессиональные знания, умения и навыки педагогов в оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста.

2. Способствовать развитию педагогического мышления, создать благоприятную атмосферу для творческой работы всех участников игры.

**Ход деловой игры.**

Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и
укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время
название «здоровьесберегающие технологии».
Главное назначение таких новых технологий – объединить педагогов,
психологов, медиков, родителей и самое главное – самих детей на сохранение,
укрепление и развитие здоровья.
Здоровьесберегающая технология – это целостная система воспитательно-
оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые
осуществляются в процессе взаимодействия ребенка и педагога, ребенка и
родителей, ребенка и доктора.
Цель здоровьесберегающих образовательных технологий – обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

**Перед началом игры педагогам раздаются жетоны – зеленые и синие**.

Сегодня мы собрались поделиться опытом работы по оздоровлению дошкольников. «Игра – ведущий вид деятельности детей», но и нам взрослым она интересна. Поэтому предлагаю построить работу в форме деловой игры:

Приглашаю поиграть

И проблемы порешать.

Что-то вспомнить, повторить,

Что не знаем, подучить.

Наша игра командная. Путешествовать мы будем на поезде. Команда, получившая зеленый жетон – это первый состав, команда с синим жетоном – это второй состав. Задача каждой команды пройти нелегкий путь и добраться до конечной станции. Путь нам предстоит длинный. Чем успешнее и быстрее вы справитесь с заданием, тем больше шансов у вас проложить рельсы для своего поезда и попасть в пункт назначения.

**Станция 1: «Приветственная»**

Придумать название и девиз команды, приветствие и пожелания команде соперников.

**Станция 2: «Разминочная»**

Терминологический диктант **«Определи термин».**

 Такие диктанты позволяют запомнить профессиональные термины, чаще, правильно использовать их в работе.

| ***Понятие*** | ***Определение*** |
| --- | --- |
| **Здоровьесберегающая технология** | - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.  |
| **Здоровье** | - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов (ВОЗ). |
| **Здоровый образ жизни** | **-** это способ жизнедеятельности, направленный на сохранение и улучшение здоровья людей, как усло­вия и предпосылки существования и развития других сторон образа жизни. |
| **Физическое развитие** | - процесс формирования и последующего изменения на протяжении жизни естественных морфофункциональных свойств организма ребенка и основанных на них психофизических качеств. |
| **Закаливание** | - это комплексная система оздоровительных воздействий, направленных на достижение устойчивости, невосприимчивости организма к вредным для здоровья метеорологическим и другим факторам. |
| **Релаксация** | снятие психического напряжения, расслабление, отдых. |

**Станция 3: «Ситуативная»**

На обсуждение командам предлагаются  ситуации.
**Ситуация 1**.  На занятиях по физической культуре (утренней гимнастике) детям раздают  цветные султанчики. Дима  не хочет   брать  желтый султанчик, а хочет как у Саши красный (все султанчики разного цвета). Ваши действия в сложившейся ситуации.

**Ситуация 2.**  Очень часто в детских садах, играя в подвижные игры, некоторые дети постоянно просятся быть ведущими. Если их не выбирают – слезы, обиды. Ваши действия в данной ситуации?

**Станция 4: «Поэтическая»**

 Замените предложение пословицей:
– Береги здоровье**:** **«Береги платье снову, а здоровье смолоду», «Болен – лечись, а здоров, так берегись».**
– Ешь лук**: «Лук от семи недуг», «Лук – здоровью друг».**
– Будь бодрым, занимайся физкультурой**: «В здоровом теле, здоровый дух», «Быстрого и ловкого и болезнь не догонит».**– Умывайся, принимай душ каждый день: **«Чистота – залог здоровья».**
– Здоровье бесценно: **«Здоровье за деньги не купишь».**
– Здоровый все одолеет: **«Здоровому и горе не горе, а беда не зарок».**
– Закаляйся с детства: **«Смолоду закалишься – на весь век сгодишься».**

***Рекламная пауза:*** *Входят Красная шапочка и ее Бабушка. Между ними происходит такой диалог: - Бабушка, бабушка, почему у тебя такое морщинистое лицо: - Это потому что я не любила 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. - Бабушка, бабушка, а почему ты вся дрожишь и медленно ходишь? - Это потому, моя Деточка, что по утрам не делала зарядку.*

 *Ведущий: Если: не хочешь, что бы тебя съел Серый волк, как бабушку, веди здоровый образ жизни!*

**Станция 5: «Толкового словарика»:**

1.Это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезни.  (Здоровье)

2. Это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. (Здоровьесберегающая технология)

3. Это способность противостоять утомлению в какой-либо деятельности.  (Выносливость)

4. Способность быстро освоить новые движения, а также умение их перестроить в соответствии с другой обстановкой. (Ловкость).

5. Способность во время выполнения разнообразных движений и поз на приподнятой и уменьшенной поверхности сохранять устойчивое положение. (Равновесие).

6. Способность человека совершать двигательное действие в минимальный для данных условий отрезок времени с определенной частотой и импульсивностью. (Быстрота).

7. Важнейшее физическое качество, проявляющееся в профессиональной, спортивной деятельности и в повседневной жизни людей. Она отражает общий уровень работоспособности человека. (Выносливость).

8. Способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений). (Сила).

9. Одно из пяти основных физических качеств человека. Она характеризуется степенью подвижности звеньев опорно-двигательного аппарата и способностью выполнять движения с большой амплитудой. Это физическое качество необходимо развивать с самого детства и систематически. (Гибкость).

10. Способность определять расстояние, не прибегая к помощи каких-либо приборов или устройств (кроме собственных глаз). (Глазомер).

**Станция 6:** **«Педагог – практик»**

**Сообщение 1. «О пальчиковой гимнастике и ее значении».**

Ученые, которые изучают деятельность детского мозга, психику детей, установили, что уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Выполняя пальцами различные упражнения, ребенок достигает хорошего развития мелкой моторики рук, что способствует развитию внимания, мышления, памяти, благотворно влияет на развитие речи и готовит руку к письму. Интенсивное воздействие на кончики пальцев стимулирует прилив крови к рукам. Это благоприятствует психоэмоциональной устойчивости и физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм.

**Задание:** Командам предлагается вспомнить пальчиковые игры и продемонстрировать их.

**Сообщение 2. «Физкультминутки для дошкольников»**

 Физкультминутки применяются с целью предупреждения утомления на занятиях, связанных с длительным сидением в однообразной позе, требующих сосредоточенного внимания и поддержания умственной работоспособности детей на хорошем уровне.

**Задание**: Командам предлагается продемонстрировать физкультминутки: (математическую, игровую, физкультурную)

**Сообщение 3. «Дыхательная и звуковая гимнастика»**

Дыхательная гимнастика играет огромную роль в закаливании и оздоровлении детей.

От дыхания во многом зависят здоровье человека, его физическая и

умственная деятельность. Тренированность дыхательной мускулатуры определяет физическую работоспособность человека. Лёгкие являются не только органом дыхания, но и выделения, регуляции температуры тела.

**Задание**: Командам предлагается продемонстрировать звуковое дыхательное упражнение.

**Сообщение 4. «Оздоровительные игры»**

 В результате использование оздоровительных и лечебных игр, мы не только укрепляем здоровье детей, но и способствуем всестороннему гармоничному физическому и умственному развитию, формированию необходимых навыков координации движений, правильной осанки, ловкости и смелости.

**Задание:** Ведущий проводит 3-4 оздоровительной игры.

**Команды должны определить цель игры (оздоровительный эффект)**

«Качалка» (укрепляет мышцы туловища и конечностей, мягкое воздействие на функции вестибулярного аппарата, координация движений);

«Обруч» (тренирует гибкость позвоночника, способствует концентрации внимания);

«Цапля» (тренирует вестибулярный аппарат, развивает способность концентрации внимания, поднимает настроение);

«Восточный официант» (развитие координации движений, равновесия, укрепление мышечного «корсета» позвоночника).

**Станция 7:** «**Мозгового штурма**»

 Продолжи фразу:

 **Процесс изменения форм и функций организма человека -** … (физическое развитие)
**Основное специфическое средство физического воспитания -** … (физические
упражнения)
**Детский туризм это -** … (прогулки и экскурсии)
**Ходьба, бег, прыжки, лазанье и метание -** (основные виды движения)
**От чего зависит здоровье детей в ДОУ?** (Организация оптимального двигательного режима; прогулка; проветривание; профилактика простуды; безопасно организованная среда; соблюдение режима дня)

**Станция 8:** «**Теоретики**»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 В |  |  | 2Л |  | 3 С | И | Л | А |
| Ы |  | О | М |
| 1 З | Д | О | Р | О | В | Ь | Е |
|  | Е |  | К |  | Л |
| Р | О | О |
| Ж | С | С |
| К | Т | Т |
| А | Ь | Ь |

По горизонтали:1 - самое главное в жизни человека

 3 - физическое качество

По вертикале: 1,3 - волевые качества

 2 - физическое качество

**Станция 9:** **«Угадай-ка»**

Каждой команде предлагается текст стихотворения, надо определить для чего можно использовать: пальчиковой гимнастики, игрового массажа.

1.Я возьму в ладонь лимон,

Чувствую, что круглый он.

Я его слегка сжимаю,

Сок лимонный выжимаю.

Все в порядке, сок готов

Я лимон бросаю,

Руку расслабляю.

2.Солнце утром рано встало

Всех детишек приласкало.

Гладит грудку, гладит шейку,

Гладит носик, гладит лоб,
Гладит ушки, гладит ручки

Загорают дети - вот!

*Вывод: Использование здоровьесберегающих технологий в дошкольном учреждении имеет огромное значение в процессе оптимизации двигательной активности, способствует разностороннему развитию, укреплению здоровья детей, овладению навыками самооздоровления.*

*Поэтому в ДОУ необходим поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления.*

Поздравляем, каждая команда прибыла на пункт назначения. За окнами температура воздуха самая комфортная, небо безоблачное, давление в норме. Просьба при выходе из поезда не забывать хорошее настроение. До свидания!

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1  |  |  | 2 |  | 3  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| 1  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

По горизонтали:1 - самое главное в жизни человека

 3 - физическое качество

По вертикале: 1,3 - волевые качества

 2 - физическое качество

| ***Понятие*** | ***Определение*** |
| --- | --- |
| **Здоровьесберегающая технология** |  |
| **Здоровье** |  |
| **Здоровый образ жизни** |  |
| **Физическое развитие** |  |
| **Закаливание** |  |
| **Релаксация** |  |

Замените предложение пословицей:

| ***Предложение*** | ***Пословица*** |
| --- | --- |
| – Береги здоровье**:**  |  |
| – Ешь лук**:**  |  |
| – Будь бодрым, занимайся физкультурой**:** |  |
| – Умывайся, принимай душ каждый день: |  |
| – Здоровье бесценно: |  |
| – Здоровый все одолеет: |  |

| ***Предложение*** | ***Пословица*** |
| --- | --- |
| – Береги здоровье**:**  | **«Береги платье снову, а здоровье смолоду»,** **«Болен – лечись, а здоров, так берегись».** |
| – Ешь лук**:**  | **«Лук от семи недуг»,** **«Лук – здоровью друг».**  |
| – Будь бодрым, занимайся физкультурой**:** | **«В здоровом теле, здоровый дух»,**  **«Быстрого и ловкого и болезнь не догонит».** |
| – Умывайся, принимай душ каждый день: | **«Чистота – залог здоровья».**  |
| – Здоровье бесценно: | **«Здоровье за деньги не купишь».**  |
| – Здоровый все одолеет: | **«Здоровому и горе не горе, а беда не зарок».** |

***Рекламная пауза:*** *Входят Красная шапочка и ее Бабушка. Между ними происходит такой диалог: - Бабушка, бабушка, почему у тебя такое морщинистое лицо: - Это потому что я не любила 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. - Бабушка, бабушка, а почему ты вся дрожишь и медленно ходишь? - Это потому, моя Деточка, что по утрам не делала зарядку.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1  |  |  | 2 |  | 3  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| 1  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

По горизонтали:1самое главное в жизни человека

 3физическое качество

По вертикале: 1,3 волевые качества

 2 физическое качест

**Станция 8:** «**Теоретики**»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 В |  |  | 2Л |  | 3 С | И | Л | А |
| Ы |  | О | М |
| 1 З | Д | О | Р | О | В | Ь | Е |
|  | Е |  | К |  | Л |
| Р | О | О |
| Ж | С | С |
| К | Т | Т |
| А | Ь | Ь |

По горизонтали:1самое главное в жизни человека

 3физическое качество

По вертикале: 1,3 волевые качества

 2 физическое качество