# Деловая игра с педагогами

# «Двигательная активность в ДОУ».

**Цель:**

**1.Уточнить знания педагогов по физическому воспитанию и развитию двигательной активности в ДОУ.**

**2.Активизировать мыслительную деятельность педагогов, развить их творческий потенциал.**

**Предварительная работа:**

1. Проведение тематического контроля: «Организация и эффективность работы по развитию у детей двигательной активности в режиме дня».

2. Оформление для родителей и педагогов консультаций по теме.

3. Подготовка раздаточного материала для воспитателей по теме «Двигательная активность детей в ДОУ».

4. Проведение анкетирования родителей: «Двигательный режим и физическое воспитание Вашего ребенка»

**Материалы и оборудование: Иллюстрации с зимними видами спорта, кроссворд, магнитофон, музыка в записи, подборка загадок, пословиц, поговорок о спорте и ЗОЖ. Раздаточный материал участникам деловой игры: ручки, ладошки из бумаги, памятки для воспитателей.**

**Ход игры:**

Из числа педагогов ДОУ формируется 2 команды.

Воспитателям предлагается выбрать красную или синюю полосы, т.о. формируются две команды участников «Красные» и «Синие».

Страница первая

 **«Представление команд»**.

Приветствие, девиз команд без специальной подготовки. Приветствуется творчество, фантазия, смекалка команды.

Страница вторая.

 **«Мозговая атака».**

1. Назовите основные виды движения. (*Ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, бросание, ловля, метание, упражнения на равновесие, строевые у*
2. *пражнения, ритмическая гимнастика*.)

2. Назовите строевые упражнения. (*Построение в колонну по одному, в шеренгу, перестроение в колонны по двое, по трое. Размыкание в колонне, в шеренге. Повороты на право на лево, кругом.)*

3. Какие вы знаете спортивные упражнения? (*Катание на санках, ходьба на лыжах, катание на велосипеде, самокате, плавание*.)

4. О чем речь? Кратковременные физические упражнения способствуют смене позы и характера деятельности путем двигательной активности*.(физкультминутки)*

5. Назовите виды подвижных игр. (*С бегом, с прыжками, с лазанием, ползанием, с метанием, эстафеты, с элементами соревнования, народные игры*.

6. Важно соблюдать все 5 этапов организации прогулки. Назовите их.
*Наблюдение; Трудовая деятельность; Игровая деятельность;
Индивидуальная работа; Самостоятельная деятельность детей.*

7. Приведите пример подвижных игр с бегом. (*«Ловишки», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Бездомный заяц и т.д.*)

8. Приведите пример подвижных игр с прыжками (*«Не оставайся на полу», «Удочка», «С кочки на кочку», «Классы»*.)

9. Приведите пример подвижных игр с бросанием и ловлей. (*«Сбей кеглю», «Попади в обруч», «Охотники и звери»*.)

10. Назовите формы организации двигательной деятельности в ДОУ:
*(НОД по физическому развитию детей; Физкультурно - оздоровительная работа в режиме дня: утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, физкультминутки, физкультурные паузы, гимнастика пробуждения после дневного сна, закаливающие мероприятия; Физкультурный уголок в группе; Самостоятельная двигательная деятельность детей; Активный отдых: физкультурный досуг, физкультурные праздники, дни здоровья).*

11. Приведите пример подвижных игр с элементами соревнования. (*«Кто быстрее?», «Чья команда забросит больше мячей?», «Кто дальше»*.)

12. Приведите пример народных игр. (*«Гори, гори ясно!», «Краски», «У медведя во бору»*.)

13. Назовите спортивные игры. (*Городки, элементы баскетбола, бадминтон, элементы футбола, хоккея*.)

**14.** Основное специфическое средство развития физических качеств детей - … (физические упражнения)
15. Детский туризм это - … (прогулки и экскурсии)
16. О чем идет речь?Одно из средств оздоровления и профилактики болезней. У детей пропадает сонливое состояние, появляется чувство бодрости, наступает эмоциональный подъем, повышается работоспособность на весь день - *утренняя гимнастика.*

17. Это является для ребенка особым радостным событием, сюда входят разнообразные физические упражнения и веселые подвижные игры, включаются движения, предварительно разученные на физкультурном занятии *(физкультурный досуг).*

18.Одна из основных моделей организации образовательного процесса детей дошкольного возраста. Условия - создание педагогами предметно-развивающей образовательной среды позволяющей ему взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально *(Самостоятельная деятельность детей).*

19. Поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений. Сохранить и укрепить
здоровье детей - главная цель..? (Гимнастикой пробуждения после сна).

20. Служит удовлетворению потребности дошкольника в движении, имеет определённую наполняемость соответствующую возрасту детей*. (Физкультурный уголок).*

Страница третья

**«Физкультурный калейдоскоп».**

Командам предлагается продемонстрировать физкультминутки, пальчиковые упражнения или подвижную игру для всех участников игры.

Страница четвертая

**«Кроссворд».**

Необходимо разгадать кроссворд, отгадывая загадки о спорте или спортивном инвентаре.

|  |  |
| --- | --- |
| Как только утром я проснусь,Присяду, встану и нагнусь –Все упражненья по порядку!Поможет вырасти …**(зарядка)**На поле лёд, забор вокруг,И нарисован в центре круг.По полю носится народ,Как будто ищет выход-вход.Для шайбы здесь — два входа.И что это? **(ворота)**Две курносые спортсменкиВ даль бегут, за ними ленты,Развеваясь на бегу,Остаются на снегу. **(лыжи)**Силачом я стать решил,К силачу я поспешил:- Расскажите вот о чем,Как вы стали силачом?Улыбнулся он в ответ:- Очень просто. Много лет,Ежедневно, встав с постели,Поднимаю я ...**(гантели)**Катаюсь на нем до вечерней поры,Но ленивый мой конь возит только с горы.Сам на горку пешком я хожу,И коня своего за веревку вожу.**(санки)**Есть лужайка в нашей школе,А на ней козлы и кони.Кувыркаемся мы тутРовно сорок пять минут.В школе – кони и лужайка?!Что за чудо, угадай-ка!**(спортзал**)Не похож я на коня.Хоть седло есть у меня.Спицы есть. Они, признаться,Для вязанья не годятся.Не будильник, не трамвай,Но звоню я так и знай!**(велосипед)**Над трибунами виситЭтот очень нужный щит.Каждый гол покажет он –Видно счёт со всех сторон.**(табло)**Кто на льду меня догонит?Мы бежим вперегонки.А несут меня не кони,А блестящие**…(коньки)**Конь, канат, бревно и брусья,Кольца с ними рядом.Перечислить не берусь яМножество снарядов.Красоту и пластикуДарит нам …(**гимнастика)**Во дворе есть стадион,Только очень скользкий он.Чтобы там как ветер мчаться,На коньках учись кататься.**(каток)**Ростом мал, да удал,От меня ускакал.Хоть надут он всегда –С ним не скучно никогда.**(мяч)** | Нам вчера в спортивном залеКласс девчонки показали.Вряд ли кто-то из ребятТак же сядет на …**(шпагат)**Во дворе с утра игра,Разыгралась детвора.Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" -Там идёт игра - ...**(хоккей).**Маленький, удаленькийГромко кричит,Судье помогает,Устали не знает. **(свисток).**Я смотрю - у чемпионаШтанга весом в четверть тонны.Я хочу таким же стать,Чтоб сестренку защищать!Буду я теперь в квартиреПоднимать большие ...**(гири).**Лопасть есть в руке моей,По воде гребу я ей.Для того чтоб наша лодкаПо воде скользила ходко.**(весло)**В футбол команды две играли.Играли, но не проиграли.«0:0» – таков был матча счёт.Кто результат мне назовёт?**(ничья)**Кто тот снаряд спортивный крутит,Тот очень стройным скоро будет.**(обруч)** Здесь купаться и зимойСможем запросто с тобой.Здесь научат нас нырять.Как то место нам назвать?**(бассейн)**В этом спорте игрокиВсе ловки и высоки.Любят в мяч они игратьИ в кольцо его кидать.Мячик звонко бьет об пол,Значит, это ...**(баскетбол)**По воротам ты ударь –Не пропустит мяч ...**(вратарь)** |

Страница пятая

**«Живые картинки».**

Команды получают иллюстрации зимних видов спорта (хоккей, фигурное катание, баскетбол, биатлон, художественная гимнастика, тяжёлая атлетика, теннис, плавание, волейбол, футбол, парашютный спорт, бокс, велоспорт, лыжный спорт). Команды по очереди средствами пантомимы показывают их, соперники отгадывают.

*Страница шестая*

**«Страница мудрых мыслей"**

**Русские пословицы и поговорки о спорте и здоровье.**

Кто любит **спорт**, тот **здоров** и бодр.

И смекалка нужна, и закалка важна.

Играй, не отыгрывайся; лечись, не залечивайся!

Физкультура — лечит, спорт — калечит.

Где здоровье - там и красота

Двигайся больше - проживешь дольше.

Солнце, воздух и вода помогают нам всегда.

Кто встал до дня, тот днем **здоров**.

Солнце, воздух и вода наши верные друзья.

Холода не бойся, сам по пояс мойся.

Чистота - залог **здоровья**.

Если хочешь быть **здоров** - закаляйся.

Гимнастика удлиняет молодость человека

Смолоду закалишься, на весь век сгодишься.

Цель физической культуры: Быть здоровым и с фигурой

От лежанья да сиденья хвори прибавляются.

Движение это жизнь.

Отдашь спорту время - взамен получишь здоровье

Здоровому все здорово.

Каждый кузнец своего здоровья

Кто пешком ходит тот долго живет

Если не бегаешь, пока здоров, придется побегать, когда заболеешь.

Тот **здоровья** не знает, кто болен не бывает.

Кто **спортом** занимается, тот силы набирается..

Кто любит **спорт**, тот **здоров** и бодр.

Кто крепок телом тот богат и здоровьем и делом

Быстрого и ловкого болезнь не догонит!

**Страница десятая**

**«Психологическая зарядка».**

        Большинство из нас уже настолько привыкло к душевному и мышечному напряжению, что воспринимают его как естественное состояние, даже не осознавая, насколько это вредно. Если человек хочет направить свои усилия на сохранение здоровья, то на стрессовый импульс он должен осознанно отвечать релаксацией. Активизируя деятельность нервной системы, релаксация регулирует настроение и степень психического возбуждения, позволяет ослабить или сбросить вызванное стрессом психическое и мышечное напряжение.
Так что же такое релаксация?

        Релаксация — это метод, с помощью которого можно частично или полностью избавляться от физического или психического напряжения.
        Релаксация является очень полезным методом, поскольку овладеть ею довольно легко — для этого не требуется специального образования и даже природного дара. Но есть одно непременное условие — мотивация, т.е. каждому необходимо знать, для чего он хочет освоить релаксацию. Методы релаксации нужно осваивать заранее, чтобы в критический момент можно было запросто противостоять раздражению и психической усталости. При регулярности занятий релаксационные упражнения постепенно станут привычкой, будут ассоциироваться с приятными впечатлениями, хотя, для того чтобы их освоить, необходимо упорство и терпение.
         Целью упражнения является полное расслабление мышц. Полная мышечная релаксация оказывает положительное влияние на психику и помогает достичь душевного равновесия. Сегодня я предлагаю Вам одно из подобных упражнений. Ваша задача: удобно устроиться на своём месте,

глаза закрыты, все тело расслаблено, дыхание через нос.
Итак, мы начинаем.

**«Водопад»**(выполняется под медленную красивую музыку)
        Представьте себе, большую зеленую поляну, вокруг много красивых цветов, они так сладко пахнут и этот запах дурманит. Вы босиком идете по мягкому, зеленому ковру из трав. Ярко светит солнце, дует приятный легкий ветерок…. вам тепло, приятно и комфортно. Поднимаете голову……там, высоко-высоко голубое бескрайнее небо и белые птицы….. они парят, легко взмывают ввысь, к самым облакам, свободно…летят, взмахивают большими белыми крыльями…, и вы мысленно летите вместе с ними. Ваше внимание привлекает звук падающей воды. Водопад! И вот вы делаете шаг и еще шаг и ……. попадаете вод волшебные струи небольшого водопада. Вода чистая тёплая и прозрачная. Хрустальные струйки стекают на ваше лицо, волосы, мягко струятся по шее, спине, ласкают руки и ноги. Они стекают и продолжают свой бег дальше. Вам радостно, тепло и приятно. Постойте немного под водопадом – пусть вода омоет ваше лицо, тело и душу, унесёт прочь все невзгоды и неприятности. Все разочарования и усталость уплывают вместе с водой в никуда… Вашу боль, обиды, плохое настроение смыла и унесла вода. Чистая, прозрачная, целебная вода омыла вас и вашу душу. Тело расслабилось, оно наполняется лёгкостью, в голове светлые и радостные мысли. На душе тепло и спокойно, вы улыбаетесь. Вы улыбаетесь, и хорошее настроение заполняет всё внутри вас….. Возьмите это хорошее настроение с собой на весь оставшийся день.

Страница одиннадцатая

**«Заключительная»**

В заключение нашей встречи, я предлагаю написать на ладошке свой отзыв или отношение к мероприятию (участникам раздаются заготовки ладошек, они записывают и вклеивают их на панно)