**Деловая игра «Родители и педагоги: мы за здоровый образ жизни»**

*Старший воспитатель Фасхиева С.Ф.*

*«Кто рассчитывает обеспечить себе здоровье, пребывая в лени, тот поступает так же глупо, как и человек, думающий молчанием усовершенствовать свой голос».* Плутарх

*«Если не бегаешь, пока здоров, придется побегать, когда заболеешь».* Гораций

*«Как суконщики чистят сукна, выбивая их от пыли, так гимнастика очищает организм».* Свифт Д.

Делимся на 5 команд (по 4 ч.) по принципу «Чудесный мешочек»

«Что мешает ребёнку в нашем детском саду быть здоровыми?»

Мы сознательно поставили вопрос о негативных воздействиях на ребёнка в детском саду, так как начинать необходимо с тех причин, на последствия которых мы можем повлиять, не затрагивая глобальные: неблагоприятную экологию, наследственную предрасположенность и пр. Участники игры объединяются в следующие группы:

«Воспитатели»

«Родители»

«Администрация»

«Специалисты»

«Дети»

Участникам каждой группы необходимо в письменном виде определить те причины, которые с их точки зрения, мешают ребёнку, посещающему наш детский сад, быть здоровым (в письменном виде).

Конкурс 1. Разминка.

Вопросы:

1.Как «эстетотерапию» можно применять на занятиях физического воспитания?

(Воспитывать у детей стремление к формированию здорового и красивого тела)

2.Какая может быть связь между физическими упражнениями и настроением?

(Физические упражнения способствуют вырабатыванию в мозге особых веществ – нейропептидов, которые играют важную роль в проявлении психофизических функций, что улучшает настроение и повышает работоспособность организма. Происходит физическое и психическое оздоровление организма).

3.Какая связь существует между упражнениями для рук и речью ребенка?

(Прямая: чем больше упражняем руку – мелкую моторику, тем быстрее развивается речь ребенка. Философ Кант сказал: «Рука – это выдвинутый вперед мозг человека».)

4.Что вы можете сказать о работоспособности сутулого человека?

(Сутулый человек будет быстрее утомляться из-за плохого снабжения кровеносных сосудов).

5.Какая пища может укреплять организм человека?

(Растения, которые укрепляют иммунную систему человека – овес, рожь, шиповник, морковный сок, лимонник, золотой корень и т. д.)

Конкурс 2. Блиц-опрос.

 Команды по очереди отвечают на вопросы:

1. Какую траву и слепой видит? (Крапива)

2. Какие лекарственные растения можно использовать при порезах? (подорожник)

 3. Быстрее бьется сердце у детей или у взрослых? (У детей)

 4. Сколько ударов в минуту делает сердце у детей? (90)

 5. Сколько литров крови у взрослого? (5)

 6. Сколько литров крови у детей? (3)

 7. Как называются первые зубы у детей? (молочные)

 8. К кому возрасту происходит смена зубов у детей? (К 7 годам)

 9. Первая помощь при растяжении. (Холод, тугая повязка)

 10. Какое произведение К.Чуковского посвящено чистоте и гигиене тела? (Мойдодыр)

Конкурс 3. «Продолжи!»

*1 задание:* закончить пословицы о здоровье

Здоровье дороже (золота)

Чисто жить – (здоровым быть)

Здоровье за деньги (не купишь)

Береги платье с нову, (а здоровье смолоду)

Будет здоровье – (будет все) .

*2 задание* - продолжи фразу о физическом развитии:

- Процесс изменения форм и функций организма человека - ….(физическое развитие)

- Специальная деятельность, направленная на достижение в каком-либо виде физических упражнений наивысших результатов, выявляемых в процессе соревнования - …(спорт).

- Основное специфическое средство физического воспитания - …(физические упражнения).

- Детский туризм – это…(прогулки и экскурсии).

- Ходьба, бег, прыжки, лазание и метание – это…(основные виды движения).

Конкурс 4.

Ответьте на вопрос: « В чем заключается проявление детского творчества на занятии физическим воспитанием?»

(во включении элементов двигательной активности в сюжетно-ролевую игру;

в создании игровых образов на занятии;
в выделении личного времени ребенку для физической активности).

Конкурс 5.

Игра Аббревиатура (СССР, МДОУ, ФСБ, СНГ, ЦРУ)

Педагоги предлагают расшифровку аббревиатуры в соответствии с физкультурно-оздоровительной тематикой.

 Например: МЧС – мы чемпионы спорта и.тд.

|  |
| --- |
|  Конкурс 6.Игра «Заморочки из бочки»Вопросы: 1. Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее… (4 – 4, 5 часа) 2. Сколько раз в неделю проводят физкультурные занятия с детьми 3-7 лет? (3 раза в неделю) 3. Сколько длится сон для детей 1, 5 – 3 лет? (не менее 3 часов) 4. Сколько часов в сутки должен спать человек? (Взрослый – 8 часов, подросток – 9-10, ребёнок – 10-12 часов.) 5. Назовите принципы закаливания – три П. (Постоянно, последовательно, постепенно.) Конкурс 7.В них каждой из команд предлагается задание:1.Показать комплекс гимнастики после сна.2.Показать комплекс упражнений для профилактики плоскостопия.3.Показать комплекс упражнений для профилактики нарушения зрения.4.Показать комплекс упражнений для профилактики скалиоза.5.Показать комплекс упражнений для восстановления дыхания. |

Конкурс 8.

«Волшебное превращение»

Перед вами стоит предмет – стул. Как его превратить в средство физического воспитания?

(Использовать как предмет при выполнении физических упражнений: составить комплекс упражнений со стулом или станцевать танец с использованием этого предмета.