|  |
| --- |
| муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  центр развития ребенка – детский сад первой категории  №1 «Русалочка» п. Гигант Сальского района  Деловая игра «Что? Где? Когда?»  на тему: **«Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»**  Разработал:  старший воспитатель  I квалификационной категории  Н.С. Калашник  п. Гигант  ноябрь 2015г. |

**Деловая игра «Что? Где? Когда?»**

**Тема:** «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»

**Цель**: обобщить знания здоровьесберегающих технологий, используемых в ДОУ.

**Участники игры**: Знатоки: команда заведующих ДОУ Сальского района, присутствующих на семинаре.

Игроки: медсестра, педагоги, воспитанники и родители МБДОУ №1 «Русалочка»

**Оборудование**: игровое поле с разметкой 12 раундов, волчок, коробка «Черный ящик», бубен, видеосюжеты с вопросами и ответами, аудио запись музыкальной заставки игры, ноутбук, проекционное оборудование, табло, музыкальный центр.

**Ход игры:**

* Представитель команды знатоков раскручивает волчок. После остановки волчка разыгрывается раунд, на который показывает стрелка.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Раунд** | **Против знатоков играют:** | **Вопрос** | **Ответ** | **Необходимое оборудование для раунда** |
| 1 | Раунд «Дети» | Воспитанники подготовительной группы «Сударушка» | В нашей группе очень много комнатных растений. У нас растут:  - фикус Бенджамена;  - хлорофитум;  - традесканция;  - сансевьерия трехполосная  Мы очень любим ухаживать за цветами: поливать, рыхлить, протирать листочки. Мы ухаживаем за ними, а они за нами. Какую пользу приносят нам эти растения? Назовите еще комнатные цветы, которые приносят пользу и какую? | - фикус Бенджамена (поглощает химические загрязнения и загозованность);  - хлорофитум (обладает анти миктобным и анти бактериальными свойствами);  - традесканция (благотворно влияет  при инфекциях желудочно-кишечного тракта, колите, гастрите, метеоризме, при сахарном диабете, при туберкулезе.  - сансевьерия трехполосная (снимает головную боль, улучшает работоспособность)  Комнатные растения благоприятно влияют на микроэкологические условия и здоровье человека. Существует ассортимент растений для использования в про­филактических и лечебных целях: в I группу входят растения, фитонциды кото­рых обладают выраженной антимикробной актив­ностью, ко II группе относятся растения, фитонциды ко­торых обладают лечебным действием, III группу составляют так называемые биологи­ческие фильтры - растения, очищающие воздух от вредных газов. Комплекс таких растений составляет фитомодуль. Подробно на нашем буклете «Зеленая аптека в ДОУ». | Видео вопрос.  Фитомодуль группы «Сударушка»  Буклет «Зеленая аптека в ДОУ» |
| 2 | Раунд «Дети» | Воспитанники подготовительной группы | Предлагаем поиграть с нами в игру «Волшебный мешочек». Мы собрали в мешочек различные предметы. Какой вид оздоровления в детском саду они отражают? В студию вносится «Волшебный мешочек». Знатоки по очереди достают предметы и называют вид оздоровления, который они отображают. | 1) фасоль – сухой бассейн  2) подушечка с травой – фитотерапия  3) диск – музыкотерапия  4) апельсин – ароматерапия  5) мыльные пузыри - игры на дыхание  6) кукла – арт-терапия  7) перчатка – пальчиковая гимнастика  8) цветок – цветотерапия. | Видео вопрос.  Ответ в виде слайдов с изображением правильного предмета. |
| 3 | Раунд «Педагоги» | Музыкальные руководители | Прослушайте ряд музыкальных произведений:   * Симфония №40 В. А. Моцарт; * «К Элизе» Л.в. Бетховен. * «Легкий блюз» Г.Мурр.   Какое из этих произведений лечит сердечно - сосудистые заболевания, заболевания желудочно-кишечного тракта, нервные стрессы и расстройства. | * Симфония № 40 В. А. Моцарт - сердечно - сосудистые заболевания * «К Элизе» Л.в. Бетховен.- желудочно-кишечного тракта * «Легкий блюз» Г.Мурр.- нервные стрессы и расстройства. | Видео вопрос.  Аудио запись музыкальных произведений. |
| 4 | Раунд «Черный ящик» | Инструкторы по физической культуре | Необходимо дать ответ, что лежит в черном ящике.  В черном ящике предмет, который у сибирских шаманов олицетворял строение мира. У нас в детском саду он используется в области физкультуры и музыки. Что же это? | **Бубен.** | Коробка «Черный ящик», бубен |
| 5 | Раунд «Педагоги» | Педагог-психолог | Зачастую мы боимся, что бы наши дети не простыли и не заболели, если попали под дождь. А этот дождь абсолютно безвреден, и даже широко используется в оздоровительной работе с детьми. Проходя через такой "дождь" "шустрики" заметно успокаиваются, а "мямлики", наоборот,- активизируются. О каком дожде идет речь? | **«Сухой дождь»** - шатер из разноцветных атласных лент, расположенных от теплых тонов к холодным. Закрепленных на подвесной горизонтальной платформе. Ленты спускаются вниз, словно струи воды, их приятно трогать, перебирать в  руках, проходить сквозь них, касаясь лицом., три-четыре  раза в течение занятия (от теплых цветов к холодным), "шустрики" заметно  успокаиваются, а "мямлики" (они  ходят по направлению от холодного цвета к теплому), наоборот,- активизируются.    Разноцветные   "струи"    стимулируют тактильные ощущения, помогают восприятию пространства своего тела в этом  пространстве. За "струями" можно спрятаться   от   внешнего   мира. | Видео вопрос,  фотослайты. |
| 6 | Раунд «Педагоги» | Учитель-логопед | Назовите технологию, широко используемую в логопедической практике, название которой в переводе с корейского означает «кисть- стопа». | Су-джок | Видео вопрос.  Слайды с изображением применения технологии «Су-джок» |
| 7 | Раунд «Педагоги» | Воспитатель | Это инновационный метод закаливания. Он характеризуется кратковременным действием холода. Нормализует нервную систему ребенка, улучшают аппетит, сон, настроение и общее состояние. Организм ребенка становится более устойчив к заболеваниям. Такое закаливание может быть интересным для детей как в летний период, так к в холодное время года. | Криомассаж  Предлагаемая методика применения криомассажа для закаливания и оздоровления детей является высокоэффективной, адекватной и физиологичной. Дело в том, что при кратковременном действии холода организм ребенка отвечает положительной терморегуляторной реакцией. Эта реакция ведет к полезным сдвигам в организме детей.  Особенность этой методики в том, что она предусматривает применение холода. Используется криопакет, который состоит из замороженной водоохлаждающей солевой смеси (температура от -23,0 до -21,0С). Осуществляется криомассаж подошвенных областей стоп ребенка. Движения осуществляются по кругу, по часовой стрелке. Процедуры рекомендуется проводить через день, длительность каждой 7-20 секунд. Курс включает в себя 10-12 процедур в течение осени, зимы и весны, то есть примерно в течение 7-8 месяцев. | Видео вопрос.  Слайды с изображением процедуры закаливания. |
| 8 | Раунд «Специалисты» | Медицинская сестра | В нашем учреждении используются следующие виды закаливания: ходьба босиком, ходьба по мокрой солевой дорожке, ходьба по ребристой, рефлексогенной дорожке, обширное умывание, сон без маечек, закаливание носоглодки, криомассаж, воздушное душирование.  Назовите принципы закаливания – 3 П. | * Постоянно, * Последовательно, * Постепенно | Видео вопрос |
| 9 | Раунд «Родители» | Родители | Какой бытовой прибор можно превратить в тренажер для закаливания, как эффективный способ выработки устойчивости к сквознякам? | Вентилятор.  Метод «Воздушного душирования» (разработал врач В.Л.Лебедь).  Для создания воздушного потока в комнате с температурой воздуха 18-20°С на столе или стуле на уровне груди устанавливается обычный бытовой вентилятор. Затем раздетый ребенок встает лицом к включенному вентилятору на расстоянии 5 м.  Длительность процедур увеличивается постепенно (начинаем с 20 сек. и увеличиваем до 3 мин.), так же постепенно сокращается расстояние до вентилятора (начинаем с 5 м. и сокращаем до 0,5м.) до . | Видео вопрос. Вентилятор |
| 10 | Раунд «Музыкальная пауза» | Музыкальный руководитель | Выступления детей |  |  |
| 11 | Раунд «Физкультурная пауза» | Инструктор по физической культуре | Физминутка |  |  |
| 12 | Раунд «Релаксация» | Педагог-психолог | Антистрессовое упражнение | Сядьте и расслабьтесь. Закройте глаза. Представьте перед собой чистый альбомный лист бумаги, карандаш, ластик. Мысленно нарисуйте на листе негативную ситуацию, которую необходимо забыть. Это может быть реальная картинка, образная ассоциация, символ и т.д. Мысленно возьмите ластик и начинайте, последовательно «стирать» с листа бумаги представленную ситуацию. «Стирайте» до тех  пор, пока картинка не исчезнет с листа. Откройте глаза. Произведите проверку. Для этого закройте глаза и представьте тот же лист бумаги. Если картинка не исчезла, снова возьмите ластик и «стирайте» до её полного исчезновения. |  |

* Подведение итогов игры.
* **Ведущий**: В заключении напоминаем Вам десять золотых правил здоровьесбережения (слайд):  
  1. Соблюдайте режим дня!  
  2. Обращайте больше внимания на питание!  
  3. Больше двигайтесь!  
  4. Спите в прохладной комнате!  
  5. Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!  
  6. Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!  
  7. Гоните прочь уныние и хандру!  
  8. Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!  
  9. Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!  
  10. Желайте себе и окружающим только добра!
* **Дети** читают стихи:

Чтоб здоровье сохранить,

Организм свой укрепить,

Знает вся моя семья

Должен быть режим у дня.

Следует, ребята, знать

Нужно всем подольше спать.

Ну а утром не лениться–

На зарядку становиться!

Чистить зубы, умываться,

И почаще улыбаться,

Закаляться, и тогда

Не страшна тебе хандра.

У здоровья есть враги,

С ними дружбы не води!

Среди них тихоня лень,

С ней борись ты каждый день.

Чтобы ни один микроб

Не попал случайно в рот,

Руки мыть перед едой

Нужно мылом и водой.

Кушать овощи и фрукты,

Рыбу, молокопродукты-

Вот полезная еда,

Витаминами полна!

На прогулку выходи,

Свежим воздухом дыши.

Только помни при уходе:

Одеваться по погоде!

Ну, а если уж случилось:

Разболеться получилось,

Знай, к врачу тебе пора.

Он поможет нам всегда!

Вот те добрые советы,

В них и спрятаны секреты,

Как здоровье сохранить.

Научись его ценить!

Хорошо здоровым быть!  
Соков надо больше пить!  
Гамбургер забросить в урну,  
И купаться в речке бурной!!!  
Закаляться, обливаться,  
Спортом разным заниматься!  
И болезней не боясь,  
В тёплом доме не таясь,  
По Земле гулять свободно,  
Красоте дивясь природной!!!  
Вот тогда начнете жить!  
Здорово здоровым быть!!!

* **Ведущий**: Будьте здоровы!