

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида «Солнышко» г. Южи**
155630, Ивановская область, г.Южа, ул. Ковровская , д.1-Б
Тел.8-49347-2-18-28, dou_solnishko@rambler.ru

Деловая игра-викторина для педагогов "Мы за здоровый образ жизни"

Старший воспитатель: Кузнецова М.В.

Цель: Развивать творческий потенциал педагогов, их компетентность в вопросах ЗОЖ. Уточнить и углубить знания педагогов по здоровьесбережению, физическому воспитанию. Активизировать мыслительно-поисковую деятельность воспитателей.

Место проведения: музыкальный зал детского сада.

Оборудование: два стола для команд; ноутбук, проектор для презентации, презентация; музыкальное оформление; разрезные картинки, карточки для пантономы, 2 «ромашки», цветик –семицветик, фото сказок и и произведений с автором, пословицы разрезанные на 2 части, мешочек с муляжами перца, яблока, груши, лука, фломастеры.

Участники: воспитатели и специалисты детского сада

Предварительная работа: проведение консультации по ЗОЖ.

Ход конкурса

Ведущий: Здравствуйте, уважаемые коллеги!

“Давным-давно, на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Долго думали они, каким должен быть человек. Один из богов сказал: “Человек должен быть сильным”, другой сказал: “Человек должен быть здоровым”, третий сказал: “Человек должен быть умным”. Но один из богов сказал так: “Если всё это будет у человека, он будет подобен нам”. И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали прятать здоровье глубоко в синее море, другие - за высокие горы. Один из богов сказал: "Здоровье надо спрятать в самого человека". Так и живёт с давних времён человек, пытаясь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов! Значит, здоровье-то оказывается спрятано и во мне, и в каждом из нас и в каждом ребёнке. И тема нашей сегодняшней игры посвящена... (здоровью).

Ведущий.

Сегодня я проведу КВН “Мы за здоровый образ жизни ” .

Судить наш конкурс будет представительное жюри. Конкурсы будут оценивать балами за каждый правильный ответ.

Но, прежде чем приступить к выполнению заданий, нам нужно разделить на команды и выбрать капитанов. Для этого возьмите и вытащите по звезде из мешочка. Кто вытащил желтую звезду, тот будет играть в команде «Желтые звезды», у кого синяя, тот играет в команде «Синие звезды» (команды садятся у своих столов). А теперь поприветствуйте друг друга.

Приветствие команд:

Девиз команды «Синие звезды»- «В здоровом теле, здоровый дух»

Девиз команды «Желтые звезды» – «С улыбкой радостнее жить, с улыбкой и здоровьем быть»

1 конкурс Разминка.

Ведущий. В данном конкурсе времени для обсуждения не будет. Каждой команде по очереди будет задаваться вопрос, если одна команда не ответит – право ответа будет передано другой команде. За каждый правильный ответ команды получают 1 балл.

Вопросы команде “Желтые звезды”

1. Как называется наука о здоровье? (Валеология).
2. Кто такие “моржи?” (Люди, купающиеся зимой в проруби).
3. Назовите насекомых – индикатор отсутствия у человека навыков гигиены (Блохи, вши)
4. Какая поговорка учит нас правильному режиму питания? («Завтрак съешь сам: обед раздели с другом, а ужин отдай врагу»)
5. Почему детям до 15 нельзя заниматься легкой атлетикой?(До этого возраста идет активное формирование скелета).

6. Сок, какого растения используется вместо йода? (Чистотел).
7. Назовите летние виды спорта.
8. Какие фрукты, овощи, растения используются для понижения температуры? (Малина, чеснок, липа, лимон и т. д.).
9. Теннисная площадка. (Корт)
10. Что, согласно известному лозунгу, является залогом здоровья? (Чистота).

Вопросы для «Синих звезд»

1. Назовите принципы закаливания – три П. (Постоянно, последовательно, постепенно)
2. Кто такие йоги? (Люди, занимающиеся гимнастикой, медитацией).
3. Чем болеют толстяки? (Ожирение, гипертония, плоскостопие, болезни суставов, сахарный диабет, панкреатит, холецистит)
4. Кто такие «совы», «жаворонки»? (это люди с разными биологическими ритмами).
5. Почему нельзя гладить бездомных и чужих кошек и собак? (можно подхватить лишай, клещей).
6. Листья, какого растения используются при ушибе и кровотечении? (Лопух, подорожник).
7. Назовите зимние виды спорта?
8. В какое время года лучше всего начинать закаляться? (Летом).
9. Ледовая площадка. (Каток)
10. Лучшая тяжесть для любителей утренней зарядки. (Гантели)

2 конкурс. Продолжительность жизни измеряется годами, а её качество — здоровьем. Быть здоровым — естественное желание человека, и он рано или поздно задумывается о своём здоровье. Один мудрец сказал: «Здоровье человека во многом зависит от образа жизни, поведения и умения помочь себе и другим в трудных ситуациях». ЗОЖ - это способ жизнедеятельности, направленный на сохранение и улучшение здоровья, это основа профилактики заболеваний. Давайте сейчас вместе с вами определим составляющие элементы ЗОЖ.

(Это соблюдение режима, труда, отдыха, сна на основе требований суточного биоритма; двигательная активность, включающая систематические занятия ходьбой, оздоровительным бегом, аэробикой, доступными видами спорта, разумное использование методов закаливания, рациональное питание, умение снимать нервное напряжение.)

Команды получают по «ромашке», в серединке которой аббревиатура «ЗОЖ».

На лепестках ромашки напишите составляющие, по вашему мнению, части понятия «здоровый образ жизни», на каждом лепестке по одному элементу ЗОЖ.

(Дается 2 минуты на обдумывание и выполнение задания.)

Избранные капитаны команд продемонстрируют выполненное задание.

3 конкурс. «Хорошая пословица поднимет любого молодца»

Ведущий: Это конкурс пословиц о здоровье. задание.

Ведущая: «И что нам горе, когда пословиц море».

На самом деле пословиц о здоровье — множество. Задание: «собери пословицу». Вам дается 3 минуты, чтобы вы вспомнили собрали все пословицы и по истечении этого времени озвучили их. За каждую команда получает 1 очко.

Двигайся больше — проживёшь (дольше);

- Профилактика старения — в бесконечности (движенья);
 - Чисто жить — здоровым (быть);
 - Кто аккуратен — тот людям (приятен);
 - Не в меру еда — болезнь и (беда);
 - Ешь да не жирей — будешь (здоровей);
 - Зелень на столе — здоровье на (сто лет);
 - Кто рано встаёт — тому (Бог даёт);
 - Не пеняй на соседа, когда спишь (до обеда);
 - Слабеет тело без (дела);
 - Без дела жить — только небо (коптить);
 - Хлеб на ноги ставит, а вино (валит);
 - Кто курит табак, тот сам себе (враг);
 - Табак здоровье разрушает и ума (не прибавляет);
 - Курильщик — сам себе (могильщик);
 - Если хочешь долго жить — (брось курить);
 - Кто спортом занимается — тот силы (набирается);
 - Спорт — эликсир (жизни);
 - Здоровье сгубишь — новое (не купишь);
 - Береги платье снову, а здоровье (смолоду).
- (если будут затруднения, пусть заканчивают фразу)

4 конкурс. «Полезная реклама».

Одним из условий здоровья- правильное и полезное питание. Каждой команде надо приготовить рекламу про овощ или фрукт. Сначала капитан должен отгадать на ощупь, что за фрукт или овощ спрятан в чудесном мешочке и вытащить его (по 3 штуки). А потом с командой прорекламирровать его. Пример: «Яблоко».

Наливное, сладкое яблочко. В нем железо, витамины, яблочная кислота, что помогает работать нашему желудку. Съешь одно яблочко в день - не будешь

болеть!

5 конкурс. «Разминка».

Капитанам необходимо оторвать лепесток от цветика - семицветика. На этих лепестках – задания для разминки: На лепестке написано название вида спорта. Одна команда показывает пантомиму, другие разгадывают, что за вид спорта был показан. За пантомиму команда получает 1-5 бала.

6 конкурс.

Художественное слово является очень действенным методом для стимулирования здорового образа жизни дошкольников. Назовите авторов поэтических строк или сказку

Что за вой, что за рев? Там не стадо ли коров . нет там не коровушка.....

«Ганя ревушка» А.Барто

Где ты руки так измазала? Черные ладошки; На локтях - дорожки. - Я на солнышке лежала, Руки кверху держала, вот они и загорели...

«Девочка чумазая» А.Барто

«Моем, моем трубочиста - Чисто, чисто, чисто, чисто!
Будет, будет трубочист - Чист, чист, чист, чист!»

«Мойдодыр» К.Чуковский

Шли-шли, - солнце высоко, колодец далеко, жар донимает, пот выступает «Сестрица Аленушка и братья Иванушка»

«Куд-куда! Куд-куда! Вы откуда и куда? И ответила посуда...»

«Федорино горе» К.Чуковский

Дождь покапал и прошел. Солнце в целом свете...

«Что такое хорошо и что такое плохо» В.Маяковский

Наша игра подошла к концу

Наша игра КВН подошла к концу, хочется поблагодарить всех участников, огромное вам спасибо! Оставайтесь такими же энергичными, отзывчивыми, легкими на подъем.

Я пожелать хочу здоровья,
Оно нужнее нам всего.
Нужнее счастья и покоя,
Ведь без здоровья нет его.
Здоровье важное подспорье
По жизни весело идти.
И я желаю в этой жизни,
Здоровым этот путь пройти.