**ДЕЛОВАЯ ИГРА**

**С ПЕДАГОГАМИ ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

**«МИНУТКИ ЗДОРОВЬЯ»**

**Цель:**систематизировать знания педагогов по вопросам оздоровления и формирования навыков здорового образа жизни, развивать творческую активность, согласованность действий, взаимопомощь и коллективизм.

**Материалы:**столы и стулья на две команды, карточки двух цветов для жеребьевки по количеству участников, материалы для игр: обручи, ориентиры, канаты, рулоны туал. бумаги, мячи мал. размера

**Ход игры:**

Педагоги входят в зал и выбирают цветочки (карточки), разложенные на полу двух цветов. Каждый выбирает карточку одного цвета. И рассаживаются за столы по цветам.

**Ведущий:**

Здоровый образ жизни

Мы в садике ведем!

Становимся стройнее

И краше с каждым днем!

Полны мы оптимизма

Всем истину открыть:

Здоровый образ жизни

Нам помогает жить!

Уважаемые коллеги, деловая игра на тему «Минутки здоровья» считается открытой.

И предлагаю поприветствовать друг друга. Команда, участники которой выбрали «розовые» цветочки называется (*объявляют свой девиз*)

***«Румяные щечки»***

Румяные щечки

Горят, как цветочки.

Здоровьем пышем,

Легко дышим.

Участники, выбравшие «голубые» цветочки, называется «Задорные девчата»

***«Задорные девчата»***

Мы – задорные девчата,

Трудности нам нипочем.

Обойдем мы все преграды

И к победе мы придем.

**Ведущий.**А жюри сегодня не будет. Потому, что в нашей игре должна победить дружба, ее итогом - станет отличное настроение.

Все собрались? Все здоровы?

Все с нами играть готовы?

Ну, тогда, не ленись!

Все к разминки приготовились!

**ДВИГАТЕЛЬНАЯ РАЗМИНКА «ВЕСЁЛЫЙ КРУГ»**

*Педагоги выполняют движения руками и ногами под музыку сидя на стульях. При этом через определённый ритм встают и пересаживаются на другой (рядом стоящий) стул.*

**Ведущий.**Наша игра посвящена здоровью и здоровому образу жизни.

*Сейчас команды должны придумать и назвать слова, связанные по смыслу с темой встречи. Заданные буквы: З, Д, О, Р, О, В, Е.*

2 задание – **«ПРИДУМАЙ СЛОВО НА ЗАДАННУЮ БУКВУ»**

**Участникам раздаются листочки с буквами, на которых они должны написать слова, затем по очереди их называют**

1. «3» - зарядка, закаливание, зубы, завтрак, зубная щетка, зубная паста.

2. «Д» - движение, дыхание, доброта, деревья.

1. «О» - осанка, обувь, одежда, обед, овощи,

2. «Р» - развитие, радость, режим дня, рыба, рыбий жир, растения.

1. «О» - опрятность, осторожность, отдых, обоняние.

2. «В» - вода, воздух, витамины.

Вместе. «Е» - еда, ежевика, единство.

**Ведущий.**Все это в единстве и совокупности и есть **ЗДОРОВЬЕ.**

**«Правильное питание» это конечно важное составляющее здорового образа жизни**

**Ведущий:**

Нужно питаться в назначенный час,

В день понемногу, но несколько раз.

Этот закон соблюдайте всегда,

И станет полезною ваша еда!

Надо еще про калории знать,

Чтобы за день их не перебрать!

В питании тоже важен режим,

Тогда от болезни мы убежим!

Запомните, люди, простой наш совет:

Здоровье одно, а второго – то нет.

**ИГРОВОЕ ЗАДАНИЕ «МИНИМУМ КАЛОРИЙ»**

*Участники по кругу с помощью стаканчиков передают теннисные шарики. Побеждает команда, первыми закончившая «передачу»*

**ЗАДАНИЕ 4 - «ВОЛШЕБНЫЙ МЕШОЧЕК»**

*Достать из мешочка предмет и определить, с какой целью в оздоровлении он может быть использован.*

**1 команда**

1) фасоль (развитие мелкой моторики рук, дыхательная гимнастика)

2) травяной сбор (фитотерапия)

3) су-джок (массаж)

4) апельсин (аромотерапия, витаминизация)

5) мыльные пузыри (дыхательная гимнастика, психогимнастика)

**2 команда**

6) кукла (игротерапия)

7) перчатка (пальчиковая гимнастика)

8) цветок (цветотерапия)

9) цветные карандаши (арт-терапия)

10) диск (музыкотерапия)

**Ведущий:**

 *«*Музыка не только фактор облагораживающий, воспитательный. Музыка — целитель здоровья*»* Бехтерев В.

**МУЗЫКАЛЬНАЯ ЗАДАНИЕ «Я ЛЁГКАЯ, ВОЗДУШНАЯ»**

*Участники двигаются под музыкальное попурри с бумагой в руках. По окончанию музыки садятся на подушки, разложенные на полу. Кому подушки не хватило, тот выходит из игры*

**ЗАДАНИЕ 6 – «НАЙДИ СООТВЕТСТВИЕ»**

*Закончить фразу, найдя ее продолжение. Педагоги ставят соответствия, затем зачитывают*

1. Чтобы детям сладко спать. Нужно музыку включать

2. Лук, чеснок - вот это чудо. Ох, боится их простуда

3. Чтобы кашлем не страдать. Надо правильно дышать

4. Раз фасоль и два фасоль. Массажируем ладонь

5. В шарик воздух нагоняем… Объем легких расширяем

6. Яркий цвет и яркий свет. Повысят ваш иммунитет

7. Трав душистый аромат. Сон улучшит во сто крат

**Ведущий:**

Чем больше к доктору мы ходим,
Тем больше хворей в нас находят,
Давно пора нам всем понять —
Врача нам надо поменять:
На спорт, диету и закал,
На обливанья и вокал.

И сейчас доктор Витаминкин приглашает вас к весёлой сдаче «анализов»

## Доктор Витаминкин: Итак, уважаемые пациенты, держим анализы при себе и приглашаем в кабинет к гастроэнтерологу

**ЭСТАФЕТА «У КОГО С ГОЛОВОЙ ВСЁ В ПОРЯДКЕ,**

**ТОТ НА ЖЕЛУДОК НЕ ЖАЛУЕТСЯ»**

**Оборудование:** *обручи, мячи, туалетная бумага*

*Обручи выкладываются в ряд, рулоны туалетной бумаги ставятся напротив с мячом. Участники эстафеты по одному становятся в «стойку» над обручем, лицом к рулонам, берут мяч и кладут под собой в обруч. Продвигаются к следующему обручу, и т.д. Возле ориентира встают, бегом возвращаются назад. Передаёт эстафету*

**Доктор Витаминкин:** Следующая ваша проверка

**ЭСТАФЕТА «ВЗГЛЯНУЛ НА СЕБЯ СО СТОРОНЫ,**

**А ПОТОМ ДОЛГО ЛЕЧИЛСЯ У ОКУЛИСТА»**

**Оборудование:** *обручи, ориентиры*

*Задание выполняется парами. Участники встают лицом друг к другу, зажимают обруч животом, горизонтально полу и несут его до ориентира*

**Доктор Витаминкин:** Ну а сейчас, как говорят японцы..это состояние херовато

**ЭСТАФЕТА «ЯПОНЦЫ НАЗЫВАЮТ**

**ЭТО СОСТОЯНИЕ "ХЕРОВАТО"**

**Оборудование:** *обручи, канат*

*Два участника встают по оба конца вытянутого на полу каната. Один стоит в нескольких обручах. Один игрок берёт обруч и переносит через стоящего обруч вверх, переводя на канат, дальше двигаясь к следующему участнику на другой стороне каната. Следующие игроки выполняют это же задание, пока все обручи не будут перенесены. Затем участник снимает обручи и добегает до команды.*

**Доктор Витаминкин:** Кабинет психотерапевта

**ЭСТАФЕТА «ЖИЗНЬ ПРЕКРАСНА И УДИВИТЕЛЬНА…**

**ГЛАВНОЕ ПРАВИЛЬНО ПОДОБРАТЬ АНТИДЕПРЕССАНТЫ»**

**Оборудование:** *обручи, мячи, конусы*

*Участник эстафеты по команде берёт в руки мяч и конус, подбегает к обручам. Ударяя мяч в обруч, ловят конусом (как колпачком). Проходят все обручи и бегом возвращаются обратно.*

Поздравляем, каждая команда сдала анализы и получила отличные результаты. За окнами температура воздуха самая комфортная, небо безоблачное, давление в норме. А теперь предлагаем выбрать фотографию, которая на ваш взгляд больше похожа на вас, подписываем с обратной стороны и вывешиваем на доску. ИТОГ: фотоколлаж

Просьба при выходе из зала не забывать хорошее настроение.

*Подведение итогов, награждение.*

А закончить нашу сегодняшнюю встречу хочется словами *В.А. Сухомлинский*

*Человеческое дитя – здоровое… развитое…
Это  не* *только идеал и абстрактная ценность,
но и практически достигаемая норма жизни.*

*Дети* *должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, рисунка, фантазии, творчества.
.*

**Рефлексия:**я попрошу каждую команду пройти на групповое фото.