**Спортивно -деловая игра для педагогов**

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

**Подготовка.** Из числа педагогических работников детского сада формируется 2 команды.

**Ведущий:**

В детсаду детей не слышно.

Сладкий сон всех одолел.

Педагоги собрались здесь

Отдохнуть от разных дел.

Пошуметь и пообщаться

Песни спеть и помечтать

И, конечно же, в педигры

С настроеньем поиграть.

Уважаемые педагоги! Сегодня наша встреча посвящена здоровью и ЗОЖ. Мы собрались в этом зале для того, чтобы пообщаться в дружеской обстановке, снять усталость, получить заряд бодрости и приобрести хорошее настроение. Ведь только здоровый педагог может вырастить здорового ребенка. А так, как ведущая деятельность детей - игровая, то и нам предстоит с вами поиграть. Наша игра называется «Физкульт Ура!». В игре примут участие две команды. А жюри сегодня не будет. Потому, что в нашей игре должна победить дружба, ее итогом - стать отличное настроение.

**1.** Блиц-опрос по программе:

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

- Назовите строевые упражнения. (*Построение в колонну, в шеренгу, перестроение в колонны по двое, по трое. Размыкание, смыкание  в колонне, в шеренге. Повороты направо, налево, кругом.)*

- Назовите упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. (*Поднимать руки вверх и опускать вниз, поочередно поднимать согнутые ноги, наклоны вперед - назад, повороты туловища*.)

- Назовите упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пояса и ног. (*Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола, приседать, поднимать прямые ноги вперед махом, выполнять выпад вперед в сторону*.)

- Приведите пример подвижных игр с бегом (*«Ловишки», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Горелки», «Коршун и наседка» и т.д.*)

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

- Приведите пример народных игр (*«Гори, гори ясно!», «Селезень и утица», «У медведя во бору»*, *«Каравай», «Тополёк», «Колечко», «Два Мороза», «Баба-Яга»)*

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

**2.** Командам предлагается вспомнить по 2 пальчиковые игры и продемонстрировать их.

**3.** На столах лежат карточки с высказываниями мудрых людей, живущих в разное время, но согласных в одном мнении. Я предлагаю их вам прочитать и выразить своё мнение о том, что на них написано. Сказать, согласны вы с этим афоризмом или нет. И почему? Как вы понимаете этот афоризм?

Высказывания мудрых людей, живущих в разное время:

\* *"Надо непременно встряхивать себя физически, чтобы быть здоровым нравственно". Л.Н. Толстой*

*\* "Еще не ясно, в здоровом ли теле здоровый дух, или наоборот - высокий дух порождает здоровье". Ф.А. Абрамов.*

*\* "Здоровье до того тревожит все остальные блага жизни, что поистине, здоровый нищий счастливее больного короля". А. Шопенгауэр.*

*\* "Нельзя лечить тело, не леча душу". Сократ.*

**4. Игра Аббревиатура** (СССР, МБДОУ, ФСБ, СНГ, МЧС, ЦРУ,…)

Педагоги предлагают расшифровку аббревиатуры в соответствии с физкультурно-оздоровительной тематикой. Например: СССР – самые сильные и смелые ребята, МЧС – мы чемпионы спорта и так далее.

**5.** Педагоги каждой команды показывают 2 варианта физкультминутки.

**6.** Закончить пословицы о здоровье (команды поочереди):

Чистота – *(залог здоровья)*.

Здоровье дороже *(золота)*.

Здоровье в порядке – *(спасибо зарядке)*.

Если хочешь быть здоров – *(закаляйся).*

В здоровом теле – *(здоровый дух).*

Здоровье за деньги *(не купишь)*.

Береги платье с нову, *(а здоровье смолоду)*.

Будет здоровье –*(будет все).*

Голову держи в холоде (*а ноги в тепле*)

Заболел живот, держи *(закрытым рот*)

Быстрого и ловкого (*болезнь не догонит*)

Землю сушит зной, человека (*болезни)*

К слабому и болезнь (*пристает*)

Любящий чистоту (*будет здоровым*)

Кто курит табак (*тот сам себе враг*)

Щи да каша - … *пища наша.*

Болен - лечись, а здоров - … *берегись.*

Здоров будешь – все *… добудешь.*

Курить – здоровью …*вредить.*

Чеснок да лук от … *семи недуг.*

**7.** **Профилактика нарушений осанки**(2-3 мин.) все педагоги

Сделаем разминку.

Держим ровно спинку.

Голову назад, вперёд,

Вправо, влево поворот.

Руки вверх поднять прямые,

Вот высокие какие.

А теперь танцует таз,

Посмотрите — ка на нас!

Этим славным упражненьем

Поднимаем настроенье!

Дальше будем приседать:

Дружно сесть

И дружно встать.

Прыгать нам совсем не лень,

Словно мячик целый день!

**7. Рефлексия «Бабушка и Красная шапочка» (обыгрывают воспитатели).**

Входят Красная шапочка и ее Бабушка. Между ними происходит такой диалог:

- Бабушка, бабушка, почему у тебя такое морщинистое лицо?

- Это потому что я не любила умываться по утрам и вечерам, моя внученька.

- Бабушка, а почему у тебя такие желтые зубы?

- Потому, что я их не чистила и курила, как и твой дедушка.

- Бабушка, бабушка, почему у тебя такие тусклые глаза?

- Потому, что я не любила есть морковку, моя внученька.

- Бабушка, бабушка, а почему ты вся дрожишь и медленно ходишь?

- Это потому, моя Деточка, что по утрам я никогда не делала зарядку…

***В один голос, обращаясь к присутствующим:*** если вы не хотите, чтобы вас съел Серый волк, как бабушку, ведите здоровый образ жизни!

**Ведущий:** Вот такая у нас сегодня рефлексия и такая установка.

**Будьте здоровы!**

**АНО ДО «Планета детства «Лада»**

**Спортивно -деловая игра для педагогов**

**Подготовила: воспитатель высшей категории Крылова Е.В.**

**Г. Тольятти**