Берстенёва Наталия Александровна

МБДОУ Детский сад №34 "Красная шапочка"

комбинированного вида г. Осинники

Воспитатель

**Конспект работы с педагогами по здоровьесбережению «Будь здоров!»**

**(КВН)**

 В Уставе Всемирной организации здравоохранения указано: здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Но чтобы учить здоровью, необходимо самому быть здоровым. Поэтому наша встреча посвящена теме здоровья.

 Итак, мы начинаем КВН! (музыкальная заставка)

(Появляется герой - Вирус)

Вирус: Так-так, а что это вы здесь делаете?

Ведущий: Мы собрались, чтобы поговорить о здоровье.

Вирус: Ой, ой! Можно подумать! Вы сами-то здоровые?

Ведущий: Конечно!

Вирус: так мы это сейчас и проверим!

Музыкальная игра «Честная шляпа». Вирус надевает на участников по очереди шляпу, и читает мысли (звучат строчки из песен о болезнях)

Вирус: Вот видите, все вы здесь больные! У кого голова, у кого ноги, а у кого-то и зубы…

Ведущий: Ой, а что же делать? Будем лечиться! И ты Вирус, присоединяйся к нам! Я предлагаю разделиться на две команды по желанию.

Сегодня работу команд будет оценивать высокое жюри (представление жюри).

1 задание. Необходимо придумать название команды и нарисовать эмблему (3 минуты). Выберите капитана, он расскажет, что изображено на эмблеме. Для усложнения я поменяю эмблемы местами. Капитан должен представить эмблему другой команды. За представление жюри выставит баллы от 1 до 3.

2 задание. Конкурс на быстроту и сообразительность. На время необходимо письменно ответить на вопросы. Будет учитываться не только время, но и правильность ответов.

1. Назовите признаки закаливания – три признака *(постоянно, последовательно, постепенно)*назовите насекомых – индикаторов отсутствия у человека навыков гигиены. (Блохи, вши)
2. Чем болеют толстяки? *(Ожирение, гипертония, плоскостопие, болезни суставов, сахарный диабет, панкреатит, холецистит.)*
3. Какая поговорка учит нас правильному режиму питания? *(Завтрак съешь сам, обед раздели с другом, а ужин отдай врагу.)*
4. Кто такие «совы» и «жаворонки»? *(Это люди с разными биологическими ритмами.)*
5. Почему детям до 15 лет нельзя заниматься тяжелой атлетикой? *(До этого возраста идет активное формирование скелета.)*
6. С какого возраста можно курить и употреблять спиртные напитки? *(Желательно вообще не курить и не употреблять спиртные напитки; особый вред организму и быстрое привыкание к никотину и алкоголю бывает в детском и подростковом возрасте.)*
7. Сколько часов в сутки должен спать человек? *(Взрослый – 8 часов, подросток – 9-10 часов, ребенок – 10-12 часов.)*
8. Зачем для профилактики ангины и насморка делают холодные ножные ванны? *(Нервные окончания стопы и носоглотки связаны.)*
9. Какими видами спорта следует заниматься для формирования осанки?*(Плавание, гимнастика, легкая атлетика.)*

3 задание. Пантомима. Команды постройтесь в 2 шеренги. Последнему участнику показываю карточку со словом (стоматолог, окулист) при помощи мимики и жестов необходимо передать слово по цепочке до впереди стоящего участника. Оценка жюри.

4 задание. «Черный ящик» (Музыкальная заставка) Угадайте по описанию, что в черном ящике.

Это стандартизованная игра с определенной конструкцией. Игра зародилась несколько столетий назад на Британских островах. До сих пор она является традиционной игрой, в которую играют в пабах Великобритании, Скандинавии, США. Помимо этого в нее играют и на профессиональном уровне. Появление названия может иметь свое происхождение от названия поперечного сечения дерева. Старое название переводится как «приклад» и означает дно бочки из-под вина. Эта игра учит устному счету и психологической устойчивости, тренирует глазомер и ритмику.

(в черном ящике – дартс)

5 задание. Приглашаю команды встать в 2 маленьких круга. Как известно, чтобы быть здоровым необходимо правильно питаться и употреблять витамины. Из каких основных продуктов мы ежедневно получаем витамины? Конечно, это фрукты и овощи, а в нашем случае, огурец и банан!

Поиграем в эстафету «Передай между ног». Самая быстрая команда получает балл.

Вот и подошел к концу наш КВН. Попросим жюри подвести итоги. А на память о нашей встрече я бы хотела подарить календари – витаминки. Всем спасибо!