

Деловая игра

«Знатоки здоровья»



Подготовила :

Татьяна Ивановна Давыдова
инструктор ФК МДОАУ д/с №12

I квалификационная категория

г. Свободный 2017

Разминка

В здоровом теле
здоровый дух!
Здоровье всему -
голова.

Кто спортом занимается,
тот силы набирается
Двигайся больше –
проживёшь дольше.
Болезнь человека
не красит.

Здоровье в порядке-
спасибо зарядке!
Здоровье дороже
золота.


Береги платье снову,
а здоровье смолоду.
Здоровье сгубишь,
новое не купишь.

Труд – здоровье, лень
болезнь.



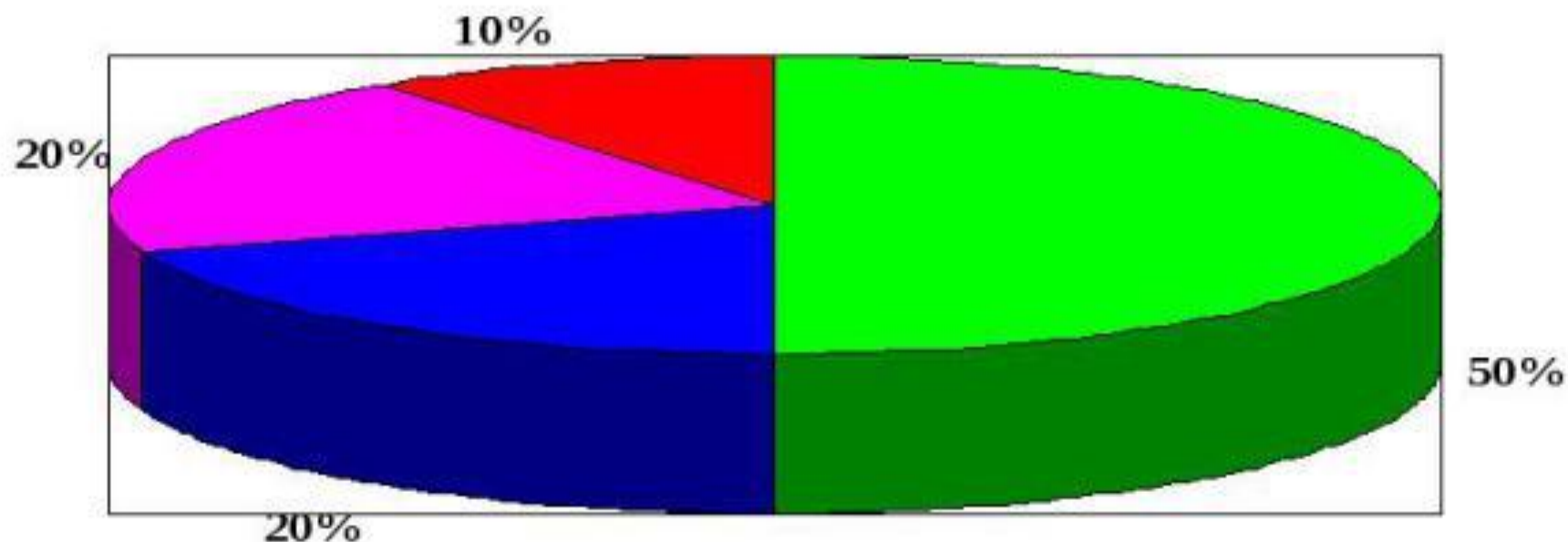
Что такое здоровье





Здоровье человека – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие его болезней и физических недостатков.

Факторы здоровья



Образ жизни



Окружающая среда



Наследственность



Здравоохранение

Забота о здоровье ...это важнейший труд воспитателя

От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

В.А. Сухомлинский

Единственная красота,
которую я знаю – это...

здоровье
Генрих Гёйне

Если не бегаешь пока
здоров, придётся побегать...

когда заболеешь
Гораций

Виды здоровьесберегающих технологий.

Технология сохранения и стимулирования здоровья

Технология обучения здоровому образу жизни

Коррекционные технологии

Технология сохранения и стимулирования здоровья

динамические
паузы

релаксация

стретчинг

Подвижные
спортивные
игры

гимнастика

Пальчиковая, динамическая, дыхательная,
ортопедическая, корригирующая, гимнастика
для глаз

Технология обучения здоровому образу жизни

Физкультурное
занятие

Коммуникативные
игры

Самомассаж

Игротерапия

Точечный
массаж

Занятия из серии
«Уроки здоровья»

Коррекционные технологии

Психогимнастика

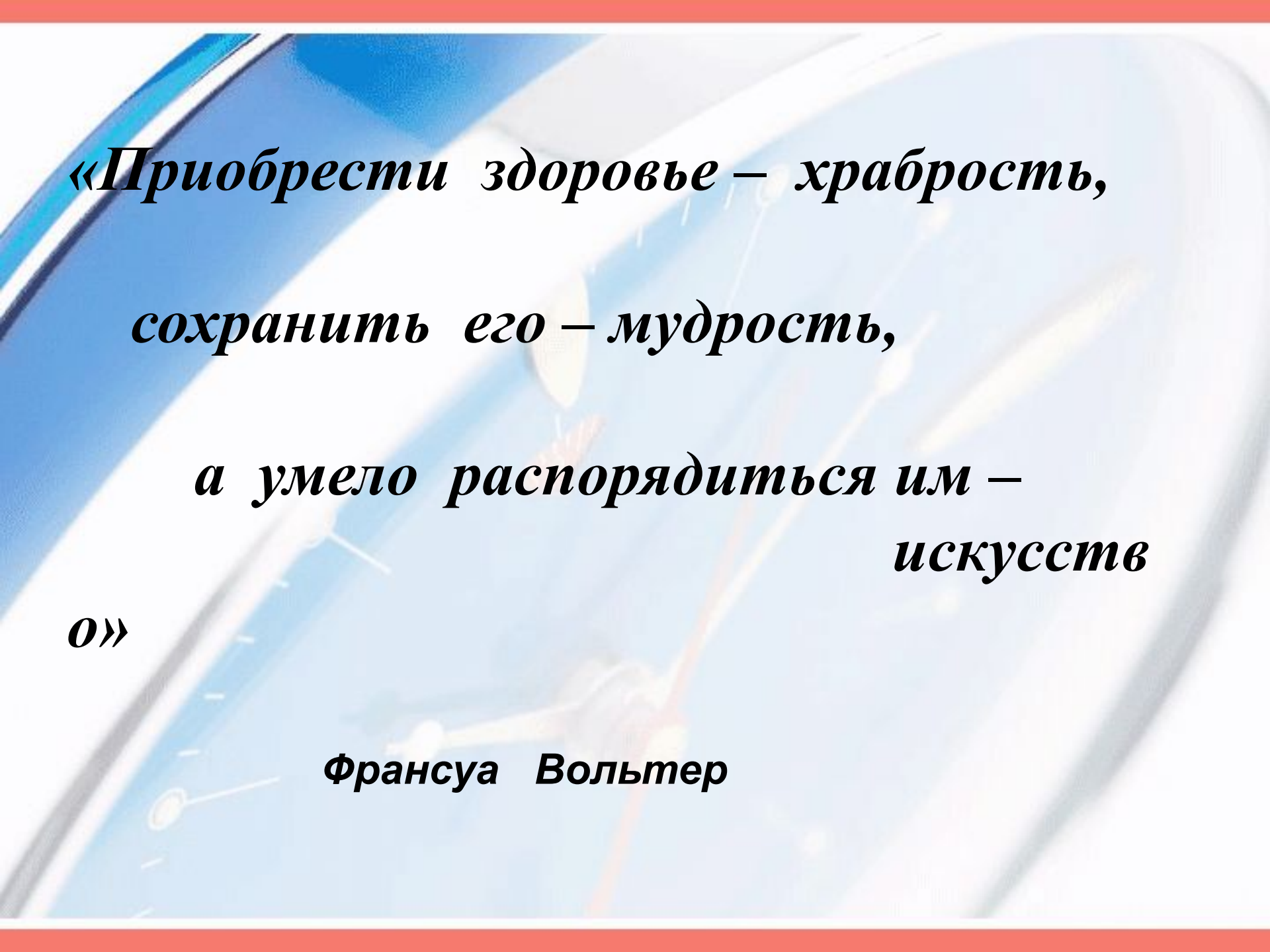
Сказкотерапия

Арт-терапия

Цветотерапия

Фонетическая
ритмика

Музыкотерапия



*«Приобрести здоровье – храбрость,
сохранить его – мудрость,
а умело распорядиться им –
искусств*

о»

Франсуа Вольтер



«... - Кажется, я застрял. Это все потому, что у кого-то слишком узкие двери.
- Нет, это все потому что, кто-то слишком много ест...»



Ответ:
Дядя Федор.

Правило: находиться на свежем воздухе,
трудиться.



Ответ:

«**Мойдодыр**

Правило: соблюдать правила гигиены.

ТВЕТ:

Кот Леопольд



Правило: необходимо поддерживать дружеские и дружелюбные отношения с людьми.

Ответ:



доктор Айболит.

«
Добрый доктор Айболит!
Он под деревом сидит.
Приходи к нему лечиться
И корова и волчица,

И жучок и червячок и медведица!

Всех излечи, исцелит добрый доктор Айболит!..»

Правило: Необходимо посещать врача, делать профилактические прививки.



Ответ:

Желать здоровья.
Играть в салки?
Я хромой...

«...Соришь, мальчик! – воскликнула Женя и вынула из кармана свой заветный цветик-семицветик. – Гляди!...» Женя произнесла заветные слова с дрожащим от счастья голосом и добавила: «...Вели, чтобы Витя был здоров...»
Правило: стараться сохранить здоровье, желать здоровья другим.

Поэтическая

- Чтобы детям сладко спать...
- Раз фасоль, два фасоль...
- Чтобы кашлем не страдать...
- Яркий свет и яркий цвет...
- Лук, чеснок – вот это чудо...
- Трав душистый аромат...

Способы борьбы со стрессом.

Активный
отдых

Пассивный
отдых

Правильное
дыхание

Сон

Вкусная
еда

Арт - терапия

Ароматерапия

Цветотерапия

30 САМЫХ ПОЛЕЗНЫХ ПРОДУКТОВ ДЛЯ ТЕЛА



МОЗГ

лосось, тунец
сардины
грецкий орех



МЫШЦЫ

бананы от
боли в мышцах,
красное мясо,
яйца, тофу,
рыба для
наращивания
мышц



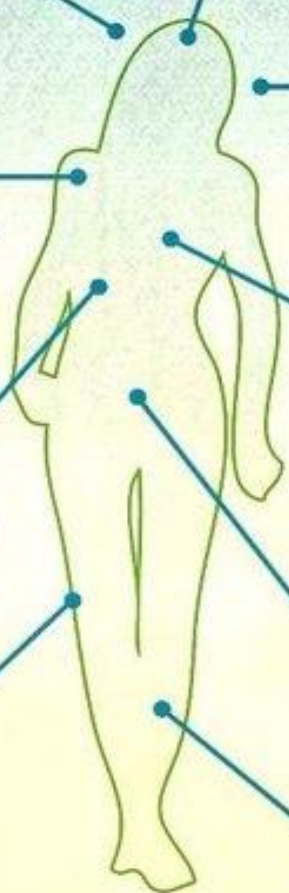
ЛЕГКИЕ

брокколи
брюссельская и
китайская
капуста



КОЖА

черника
лосось
зеленый чай



ВОЛОСЫ

темно-зеленые
овощи, фасоль,
лосось



ГЛАЗА

кукуруза
яичные желтки
морковь



СЕРДЦЕ

помидоры
печеный
картофель
сливовый сок



КИШЕЧНИК

чернослив
йогурт



КОСТИ

апельсины
молоко
сельдерей



**Будьте
здоровы!**



Спасибо за внимание!

