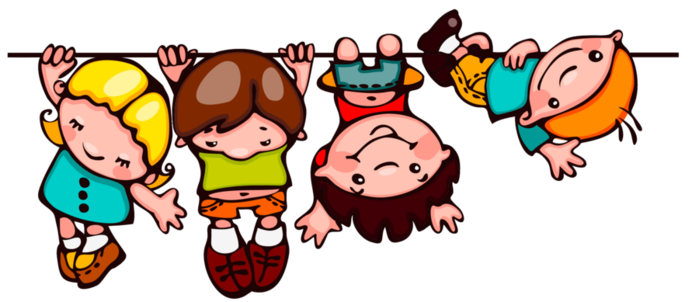
Приложение 1.

**сборник дидактических игр по приобщению детей**

**6-7 лет к ценностям здорового образа жизни**

****

|  |
| --- |
| **Составитель:**  ***Давидян Алена Владимировна***,  слушатель программы профессиональной переподготовки «Дошкольное образование». – Министерство общего и профессионального образования  Свердловской области государственное бюджетное профессиональное  образовательное учреждение Свердловской области  «Северный педагогический колледж», 2016. |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения является одной из стратегических задач современного общества. В дошкольном образовательном учреждении эта задача значительна, приоритетна, так как она связана с неблагоприятной тенденцией снижения показателей здоровья детей за последнее десятилетие.

Здоровье – это одна из сущностных характеристик человека (наряду с духовностью, интеллектуальностью), определяющая степень жизнеспособности, устойчивости организма в среде обитания, возможности реализовать свои биологические и социальные требования [2].

Согласно данным С.В. Попова и Ю.П. Лисицына, здоровье человека, зависит на 20% от наследственных факторов, на 20% – от внешних условий (экология), на 10% – от деятельности системы здравоохранения на 50% определяется образом жизни, который он ведет, культурой здоровья.

Под здоровьем на сегодняшний день принято понимать состояние человека, соответствующее принятым социокультурным нормативам (эталонам) в отношении психофизиологической (физической и психической) и личностный (социальной) подсистем его жизнедеятельности. Это позволяет говорить о таких новых аспектах здоровья, как, например, духовное здоровье, здоровьесбережение, здоровый образ жизни и прочее [3].

Деркунской В.А. отмечается, что «в дошкольном возрасте закладываются основы элементарной культуры здоровья, происходит становление здоровьесберегающе компетентности»[2]. Поэтому потребность в здоровом образе жизни и ценностное отношение к здоровью необходимо формировать уже на этапе дошкольного возраста. Основополагающей теорией для проведения этой работы является положение о том, что воспитание и образование должно строиться на активности самого ребенка, так как он участвует в своем становлении.

Традиционно составляющими здорового образа жизни дошкольников считались личная гигиена, рациональное питание, закаливание, оптимальный двигательный режим, а также правильно и грамотно составленная совместная образовательная деятельность воспитателя и ребенка.

Кроме того, большое внимание следует уделять задаче формирования у детей дошкольного возраста представлений о ценности здоровья и здорового образа жизни, воспитание здоровьесберегающего поведения.

В приобщении детей дошкольного образа к ценностям здорового образа жизни, в формировании здоровьесберегающего поведения большое значение придается игровой деятельности.

Игровая деятельность влияет на формирование произвольности поведения и всех психических процессов – от элементарных до самых сложных [1].

Огромное значение игры для развития психики и личности ребёнка даёт основание считать, что именно эта деятельность является в дошкольном возрасте ведущей.

Содержание представленных в сборнике дидактических игр соответствует возрастным особенностям детей старшего дошкольного возраста.

Дидактические игры классифицированы по группам и дидактическим задачам:

«Я – человек» – игры, направленные на расширение и уточнение представлений детей о строении, работе, особенностях человеческого организма, правилах ухода за ним, о первой помощи в различной ситуации;

2. «Личная гигиена» – игры, направленные на закрепление культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания;

3. «Правильное питание» – игры, направленные на формирование у детей представлений о пользе тех или иных продуктов;

4. «Правила безопасности» – игры, направленные на запоминание основной группы опасных предметов, опасных ситуаций в быту, в природе о правильных действиях в конкретных ситуациях;

5. «Секреты психологического здоровья» – игры, направленные на освоение эффективных способов поведения и использование их в реальной жизни.

6. «Здоровый образ жизни» – игры, направленные на развитие представлений о составляющих здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье, на закрепление у детей потребности быть здоровым, заботливо относится к своему организму.

Игры, представленные в сборнике, апробированы в работе с детьми седьмого года жизни.

Игры можно проводить в свободной деятельности детей как самостоятельную игру. Игровой материал валеологической направленности также органично включается в структуру занятий, способствуя расширению знаний детей о строении человека, влиянии физических упражнений на организм, о безопасности жизнедеятельности и т.д.

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1.** | **Тема: «Я – человек»**……………………………………………….. | 10 |
|  | «Умею – не умею»…………………………………………………… | 10 |
|  | «Угадай, кто позвал»………………………………………………… | 10 |
|  | «Найди пару»…………………………………………………………. | 10 |
|  | «Игра с микрофоном»………………………………………………... | 11 |
|  | «Ты – моя частичка»…………………………………………………. | 11 |
|  | «Что ты знаешь о…» ………………………………………………… | 11 |
|  | «Ассоциации»………………………………………………………… | 12 |
|  | «Мои помощники» …………………………………………………... | 12 |
|  | «Видим, слышим, ощущаем»……………………………………….. | 13 |
|  | «Путешествие хлебного комочка» …………………………………. | 13 |
|  | «Посылка от обезьянки»…………………………………………….. | 13 |
|  | «Назови и покажи по порядку»……………………………………... | 14 |
|  | «Мальчики и девочки» ……………………………………………… | 14 |
|  | «Получился человечек»……………………………………………… | 15 |
|  | «Хвастунишка»………………………………………………………. | 15 |
|  | «Что любит сердце?»………………………………………………… | 16 |
|  | «Мое тело»……………………………………………………………. | 16 |
| **2.** | **Тема: «Личная гигиена»**…………………………………………. | 17 |
|  | «Гигиена и хорошее здоровье» …………………………………….. | 17 |
|  | «Правила гигиены»…………………………………………………... | 17 |
|  | «Подбери картинки»…………………………………………………. | 18 |
|  | «Назови правильно» ………………………………………………… | 18 |
|  | «Чтобы кожа была здоровой»……………………………………….. | 18 |
|  | «К нам пришел Незнайка» ………………………………………….. | 19 |
|  | «Подбери пару»………………………………………………………. | 20 |
|  | «Как нужно ухаживать за собой» ………………….……………….. | 20 |
| **3.** | **Тема: «Правильное питание»**…………………………………… | 21 |
|  | «Где живет витаминка?» ……………………………………………. | 21 |
|  | «Во фруктовом царстве, овощном государстве»…………………. | 21 |
|  | «Витамины – это таблетки, которые растут на ветке» ……………. | 21 |
|  | «Витаминный бильярд»……………………………………………… | 22 |
|  | «Витаминный домик»………………………………………………... | 22 |
|  | «Аскорбинка и её друзья» …………………………………………... | 22 |
|  | «Кто в домике живет?»………………………………………………. | 23 |
|  | «Полезная и вредная еда» ..…………………………………………. | 24 |
|  | «Пищевое лото»……………………………………………………… | 24 |
|  | «Часы здоровья»……………………………………………………… | 25 |
|  | «Будь здоров!»………………………………………………………... | 25 |
|  | «Магазин полезных продуктов» ……………………………………. | 26 |
|  | «Мы ходили в магазин»……………………………………………… | 27 |
|  | «Дерево здоровья»…………………………………………………… | 27 |
|  | «Реклама» …………………………………………………………….. | 29 |
|  | «Составляем меню» …………………………………………………. | 30 |
|  | «Меню для сказочных героев» ……………………………………... | 30 |
|  | «Поварята» …………………………………………………………… | 31 |
|  | «Готовим обед»………………………………………………………. | 32 |
|  | «Вкуснятина»………………………………………………………… | 33 |
|  | «Режим питания»…………………………………………………….. | 33 |
| **4.** | **Тема: «Правила безопасности»**………………………………… | 35 |
|  | «Найди опасные предметы»…………………………………………. | 35 |
|  | «Отгадай загадку»……………………………………………………. | 35 |
|  | «Опасно – не опасно»………………………………………………... | 35 |
|  | «Игра – дело серьезное» …………………………………………….. | 36 |
|  | «Сто бед» …………………………………………………………….. | 36 |
|  | «Что мы знаем о вещах»……………………………………............. | 37 |
|  | «Если сделаю так…» ………………………………………………... | 37 |
|  | «Иголка»……………………………………………………………… | 38 |
|  | «Скорая помощь»…………………………………………………….. | 38 |
|  | «Назови правильно»…………………………………………………. | 39 |
|  | «Если кто-то заболел»……………………………………………….. | 39 |
|  | «Чтобы не заболеть»…………………………………………………. | 39 |
|  | «Мы – спасатели»……………………………………………………. | 39 |
|  | «В страну литературных героев»…………………………………… | 40 |
|  | «На прогулке» ……………………………………………………….. | 40 |
|  | «По грибы» …………………………………………………………... | 41 |
|  | «Можно и нельзя» …………………………………………………… | 41 |
|  | «Чем помочь?» ………………………………………………………. | 41 |
| **5.** | **Тема: «Секреты психологического здоровья»**……………… | 43 |
|  | «Здоровье и цвет»……………………………………………………. | 43 |
|  | «Азбука настроений»………………………………………………… | 43 |
|  | «Кубик»……………………………………………………………….. | 45 |
|  | «Пиктограммы»………………………………………………………. | 45 |
|  | «Добрые слова»………………………………………………………. | 45 |
|  | «Вежливые слова»…………………………………………………… | 46 |
|  | «Клубочек волшебных слов»………………………………………... | 46 |
|  | «Оцени поступок»……………………………………………………. | 47 |
|  | «Да или нет»………………………………………………………….. | 47 |
|  | «Комплименты 1».…………………………………………………… | 47 |
|  | «Комплименты 2».…………………………………………………… | 48 |
|  | «Проигрывание ситуаций»…………………………………………... | 48 |
|  | «Цветик-семицветик»………………………………………………... | 49 |
|  | «Я не должен…»……………………………………………………... | 49 |
| **6.** | **Тема: «Здоровый образ жизни»**………………………………….. | 50 |
|  | «Распорядок дня»…………………………………………………….. | 50 |
|  | «Мой день»…………………………………………………………… | 50 |
|  | «Что такое хорошо, что такое плохо» ……………………………… | 50 |
|  | «Сложи картинку»…………………………………………………… | 51 |
|  | «Как вырасти здоровым»……………………………………………. | 51 |
|  | «Лабиринты здоровья»………………………………………………. | 52 |
|  | «Подбери предметы»……….………………………………………... | 52 |
|  | «Закончи предложения»……………………………………………... | 52 |
|  | «Умозаключение»…………………………………………………… | 53 |
|  | «Три слова»…………………………………………………………… | 53 |
|  | «Малыши-крепыши» ………………………………………………... | 53 |
|  | «У каждого своя зарядка» …………………………………………... | 54 |
|  | «Виды спорта» ……………………………………………………….. | 54 |
|  | «Угадай вид спорта» ………………………………………………… | 55 |
|  | «Кто быстрее?»……………………………………………………….. | 55 |
|  | «Спортивная мозаика» ……………………………………………… | 56 |
|  | «Я умею»……………………………………………………………… | 56 |
|  | «Узнай движение»…………………………………………………… | 57 |
|  | «Физкультура на кубиках»…………………………………………... | 57 |
|  | «Парочки»…………………………………………………………….. | 59 |
|  | «Здоровье с комнатными растениями» …………………………….. | 59 |
|  | «Письмо от Почемучки» ……………………………………………. | 60 |
|  | Список источников…………..………………………………………. | 61 |

**1.Тема: «Я – человек»**

**Умею – не умею**

***Задачи:*** акцентировать внимание детей на своих умениях и физических возможностях своего организма; воспитывать чувство собственного достоинства.

***Оборудование:*** мяч.

***Игровые действия:***

Ведущий бросает мяч и произносит: «Я умею» или «Я не умею». Ребёнок, поймав мяч, продолжает фразу, объяснив, почему он умеет или не умеет. Например: «Я умею бегать, так, как у меня есть ноги. Я не умею летать, потому что у меня нет крыльев».

**Угадай, кто позвал?**

***Задачи:***тренировать органы слуха и активизировать внимание и слуховую память детей.

***Игровые действия:***

Ведущий, стоя спиной к детям, должен определить по голосу, кто его позвал. В случае правильного ответа место ведущего занимает ребёнок, чей голос был определен.

**Найди пару**

***Задачи:*** подбирать пару к предмету по тактильным ощущениям (с завязанными глазами).

***Оборудование:*** пуговицы, кубики, яблоко, карандаши, мелкие предметы. Всех предметов должно быть по два.

***Игровые правила:***

Выбрав себе предмет, ребёнок должен с завязанными глазами выбрать из кучки такой же. В конце игры ведущий просит объяснить, что помогло ребёнку правильно определить на ощупь разные материалы.

Игра с микрофоном

*Задачи:* систематизировать представления детей о частях тела, развивать речь, воспитывать умение слушать друг друга

*Оборудование:* микрофон*.*

*Ход игры:*

Воспитатель начинает предложение, а ребёнок продолжает его, говоря в микрофон.

Я – голова, я умею … думать, но не умею говорить.

Я – нога, я умею … ходить, но не умею рисовать.

Я – рука, я умею … рисовать, но не умею слушать … и т.д.

Ты – моя частичка

*Задачи:* систематизировать представления детей о частях тела, развивать речь, внимание, память*.*

*Оборудование:* мяч.

*Ход игры:*

Воспитатель бросает мяч каждому ребёнку, задавая вопрос.

– Я – личико, ты – моя частичка. Ты кто? (глаза, бровь, нос и т.д.)

– Я – голова, ты – моя частичка. Ты кто? (волосы, уши …)

– Я – туловище, ты – моя частичка. Ты кто? (спина, живот ...)

**Что ты знаешь о…**

***Задачи:*** рассказать о строении, работе, особенностях человеческого организма, правилах ухода за ним, о первой помощи в различной ситуации, развивать внимание, память.

***Оборудование:*** мяч, поощрительные призы.

***Ход игры:***

Дети сидят на стульчиках перед воспитателем, воспитатель – водящий бросает мяч ребенку и спрашивает: «Что ты знаешь… (например, о сердце)?» ребёнок поймавший мяч, отвечает.

Остальные дети внимательно слушают, желающие дополняют ответ, уронивший мяч, теряет право на ответ.

Дети не должны перебивать друг друга, дополнять только после того, как закончен ответ. В конце игры самый активный получает поощрительный приз.

**Ассоцации**

***Задачи:*** способствовать умению детей соотносить предметы, изображенные на картинках, с выполняемыми функциями, закрепить полученные представления об органах, их функциях и системах человеческого организма, развивать логическое мышление.

***Оборудование:*** картинки с картинки с изображением внутренних органов и изображением предметов, сходных с ними по выполняемым им функциям (сердце – мотор, мозг – компьютер, желудок – кастрюля и т.д.).

***Ход игры:***

Детям предлагается рассмотреть картинки и рассказать, чем схожа работа органов и предметов, разложить картинки парами.

**Мои помощники**

***Задачи:*** закреплять знания детей об органах чувств как анализаторах, позволяющих человеку осуществлять взаимосвязь с внешней средой, формировать знания о памяти и уме, как необходимых человеку познавать мир.

***Оборудование:*** мяч.

***Ход игры:***

Игра проводится в кругу с мячом. Педагог начиная предложение, бросает мяч кому-то из детей, а ребенок его заканчивает.

Например:

«Узнать по запаху суп мне помог…»,

«Рассмотреть жука я могу…»,

«Маму я узнаю по голосу с помощью…»,

«Холодную и горячую воду узнают мои...»,

«Понять, какое на вкус яблоко мне помог…» и т.д..

**Видим, слышим, ощущаем**

***Задачи:*** закреплять представления об органах чувств.

***Оборудование:*** сюжетные картинки.

***Ход игры:***

Ребенку предлагаетсявыбрать из предложенных картинок сначала те органы чувств, которые позволяют нам дышать, затем — видеть и ощущать.

**Путешествие хлебного комочка**

***Задачи:***рассказать о пути, который проходит пища в организме человека, объяснить необходимость тщательного пережевывания.

***Оборудование:*** таблица со схематическим изображением пищеварительной системы человека, хлебный шарик.

***Ход игры:***

Дети прокатывают шарик по таблице и повторяют за воспитателем название органов пищеварительной системы.

**Посылка от обезьянки**

*Задачи:* продолжать формировать представление о своем организме, зак­репить знания о том, что предметы можно узнать по внешнему ви­ду, запаху, вкусу, на ощупь; упражнять в определении фруктов по вкусу и запаху.

*Оборудование:* посылка с овощами, фруктами.

*Ход игры:*

Играют 4 человека. Воспитатель говорит, что пришла посылка от обезьянки, в ней может быть или овощ, или фрукт. Предлагает детям узнать, что за овощ или фрукт находится в посылке. Одну ребёнку предлагается опустить руку в посылку и на ощупь определить её содержимое. Другому – попробовать кусочек и определить по вкусу, третьему предлагается определить по запаху, а четвёртому воспитатель описывает этот овощ (фрукт). Выигрывает тот, кто угадает.

**Назови и покажи по порядку**

***Задачи:*** Развивать представления о строении человеческого тела, активизировать словарный запас по этой теме.

***Ход игры:***

***Вариант 1.***Воспитатель показывает, а дети называют части тела.

***Вариант 2.*** Ребёнок сам показывает и называет части тела.

*Рука:* плечо, локоть, предплечье, запястье, ладонь, пальцы, ногти.

*Нога:* бедро, колено, голень, ступня, пальцы, ногти.

*Туловище:* шея, плечи, грудь, живот, спина.

*Голова:* волосы, лицо, лоб, брови, ресницы, глаза, нос, щёки, рот, подбородок.

*Рот:* губы, зубы, язык.

**Мальчики и девочки**

***Задачи:*** Способствовать представлению ребенка о теле человека (части тела,части головы); расширению знаний о гендерных особенностях человека (девочка – длинные волосы,носит юбку, платье и т.д; мальчик – короткие волосы, носит шорты, брюки и т.д). Способствовать формированию эстетического отношения к одежде и телу человека. Способствовать развитию толерантности.

***Оборудование:*** ламинированные карточки со схематическим изображением фигуры человека, фломастеры, пластилин.

***Ход игры:***

Для игры ребенок выбирает любую карточку и в зависимости от указаний педагога выполняет задание.

Например: «Одень девочку (мальчика) в летнюю одежду».

Соответственно, ребенок выбирает средство изображения (пластилин или фломастер, изображает длинные волосы, бантики, юбочку или платье, панамку и так далее.

Или «Покажи как малыш улыбается (грустит, сердится, плачет, удивляется)».

Вариантов игры великое множество.

**Получился человечек**

***Задачи:*** закреплять знания частей тела человека, развивать воображение.

***Оборудование:*** карточки с частями тела человека, образующие при складывании фигуры людей мужского и женского пола в разных позах, в разной одежде.

***Ход игры:***

**Детям предлагаются комплекты карточек с изображением частей тела человека и возможность по своему усмотрению подобрать детали из одного комплекта или сложить детали из разных комплектов, чтобы получился человечек.**

**Хвастунишка**

***Задачи:*** формировать заботливое отношение к своему организму, развитие воображения, речи.

***Ход игры:***

Предложить рассказать о каком-либо органе или части своего тела. Например: « Мои ручки маленькие , кожа на них гладкая, нежная, они помогают мне делать…»



Что  любит  сердце?

***Задачи:***прививать   привычку  к  здоровому  образу  жизни, расширять  кругозор  детей   по  профилактике  болезни  сердца.

***Оборудование:*** изображение сердца, разделенное на части.

***Ход  игры:***

Воспитатель  предлагает  детям  называть  виды  продуктов  и  виды  деятельности,  полезные  для  сердца. Каждое   названное  слово – это  часть  сердца. Постепенно  по  мере  названия   детьми  слов  получается  целое  сердце.

**Мое тело**

***Задачи:*** углублять знания об основных частях тела и внутренних органах, их расположении и роли в жизнедеятельности организма человека. Развивать зрительный анализ, логическое мышление, память; умение действовать по образцу.

***Оборудование:*** силуэт тела человека, внутренние органы человека из картона, карточки-подсказки с изображением внутренних органов человека и их расположением.

***Ход игры:***

**Вариант 1.** Ребёнок рассматривает карточки-подсказки и выкладывает внутренние органы на силуэт тела человека по данному образцу.

**Вариант 2.** Перед ребёнком ставится задача: найти правильное месторасположение того или иного органа в теле человека и объяснить: какую важную для жизнедеятельности организма функцию он выполняет.

**2. Тема: «Личная гигиена»**

**Гигиена и хорошее здоровье**

***Задачи:*** знакомить детей с правилами личной гигиены и правильным, бережным отношением к своему здоровью.

***Оборудование:*** игровые поля, разделенные на квадраты (в центре поля изображена позитивная или негативная картинка), картинки с изображением правильных и неправильных действий по отношению к органам чувств.

*Ход игры:*

Вариант 1. Детям раздаются игровые поля. Детям предлагается поиграть в лото, показывая и сопровождая свои действия объяснениями – «что такое хорошо и что такое плохо».

Вариант 2. Показ картинок можно сопровождать двигательной активностью детей.

Например: на позитивные картинки дети реагируют прыжками, а при показе негативных картинок садятся на пол.

Вариант 3. «Объяснялки».

1). Детям предлагается выбрать картинки, которые понравились им больше всего, и попросите объяснить, почему они сделали такой выбор.

2). Детям предлагается выбрать картинки, которые им не понравились, и попросите объяснить, почему.

Правила гигиены

*Задачи:* закреплять культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, чистка зубов, причёсывание, купание), формировать умения показывать эти движения при помощи мимики и жеста и отгадывать по показу.

*Ход игры:*

Воспитатель просит детей при помощи мимики и жестов показать, как они умываются (одеваются, чистят зубы и т.д.), соблюдая последовательность выполнения данных навыков. Или воспитатель показывает при помощи мимики и жестов, что он делает, а дети отгадывают.

Подбери картинки

**Задачи:** уточнить представления детей опредметахличной гигиены, формировать навыки здорового образа жизни

*Оборудование:* картинки различных предметов, картинки с изображением предметовличнойгигиены.

*Ход игры:*

Воспитатель просит выбрать только картинки с изображением предметов, помогающих ухаживать за телом (лицом, зубами, волосами).

**Назови правильно**

***Задачи:*** закрепить знания о средствах гигиены, их назначении и правильном применении.

***Оборудование:*** предметные картинки разнообразной тематики, среди них – с изображением средств гигиены, фишки.

***Игровые действия:***

Дети выбирают из многообразия предметов те, которые помогают им ухаживать за собой. Например: «Я умываюсь…» (Какие предметы помогают тебе в этом?), «Я принимаю душ…» и т. д. За правильный выбор – фишка.

**Чтобы кожа была здоровой**

***Задачи:*** формировать навыки контроля за выполнением правил личной гигиены.

***Оборудование:*** картинки, помеченные красным ободком с неправильными действиями детей.

***Ход игры:***

Дети рассматривают картинки, находят, что неправильно. За правильный ответ ребёнок получает фишку. Выигрывает тот, у которого окажется больше фишек.

*Картинки:*

Ребёнок облизывает ссадины, порезы.

Мальчик в грязном белье.

Девочка надевает чужую обувь и др.

**К нам пришел Незнайка**

***Задачи:*** научить детей следить за чистотой своего тела, опрятностью одежды; учить видеть неправдоподобность предложенной ситуации, ее абсурдность.

***Оборудование:*** кукла Незнайка, фишки, портфель с поощрительными призами.

***Ход игры:***

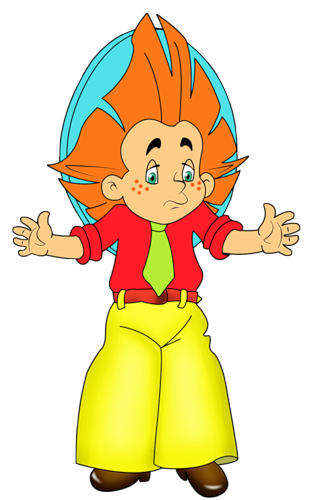
Дети внимательно слушают рассказ Незнайки, по ходу рассказа замечают небылицы и отмечают их фишками.

По окончании рассказа воспитатель

просит детей сосчитать, сколько

небылиц заметил каждый из них,

затем дети объясняют ошибки, замеченные ими в рассказе Незнайки.

Дети должны работать самостоятельно, не мешать товарищам, невыдержанность ребенка наказывается штрафным очком. Ребенок, заметивший все небылицы, активный в игре и не получивший ни одного штрафного очка, награждается поощрительным призом.

**Подбери пару**

***Задачи:*** закреплять навыки самообслуживания; развивать логическое мышление.

***Оборудование:*** предметные картинки: пылесос, расческа, батарея, мыло, шкаф для игрушек; сюжетные картинки: уборка квартиры, ботинки, одежда, игрушки.

***Ход игры:***

Дети внимательно рассматривают полученные картинки, сравнивают их и подбирают пары, объясняют свой выбор.

**Как нужно ухаживать за собой?**

***Задачи:*** формировать навыки контроля за выполнением правил личной гигиены.

***Оборудование:*** волчок, фишки, карточки с вопросами.

***Ход игры:***

Ведущий крутит волчок, который определяет карточку с вопросом. За правильный ответ ребёнок получает фишку. Выигрывает тот, у кого окажется больше фишек.

*Вопросы:*

1. Назови предметы, которые тебе понадобятся для умывания (мыло, полотенце).

2. Назови предметы, которые потребуются для того, чтобы принять душ (шампунь, мыло, гель для душа).

3. Как часто нужно мыться? (Каждый день).

4. Как часто нужно чистить зубы? (Утром и вечером).

5. Как часто нужно подстригать ногти? (Не реже 1 раза в 10 дней).

6. Как часто нужно мыть уши? (Каждый день).

7. Как часто нужно менять нижнее бельё? (Каждый день).

**3. Тема: «Правильное питание»**

Где живет витаминка?

***Задачи:*** знакомить детей с видами витаминов и их источником.

***Оборудование:*** картинки витаминов, овощей и фруктов.

***Ход игры:***

Воспитатель предлагает детям разделиться на 2 команды. Игрок первой команды показывает витамин, а игроки другой команды показывают картинки с изображением овощей и фруктов, в которых он есть. Далее наоборот: игрок второй команды показывает картинку с изображением фрукта или овоща, а игроки первой команды называют витамины, которые в нем есть и показывают соответствующую картинку.

**Во фруктовом царстве,**

**овощном государстве**

***Задачи:*** формировать знания о зависимости здоровья человека от питания; научить осознанно подходить к своему здоровью, питанию, уметь противостоять рекламе; познакомить с историей происхождения появления на Руси овощей и фруктов.

***Оборудование:*** набор картинок овощей, фруктов, мясных, молочных и других продуктов имитация трона-рамки.

***Ход игры:***

Составление монологов героев-фруктов, овощей. Создание игровой ситуации «Расскажи все о себе».

**Витамины – это таблетки,**

**которые растут на ветке**

***Задачи:*** расширять представления детей о витаминах, закрепить знания об овощах, фруктах и ягодах.

***Ход игры:***

– Ребята, помочь сохранить здоровье и не заболеть можно с помощью витаминов. Кто-нибудь из вас принимал витамины? Витамины делают наш организм крепким и здоровым, не поддающийся болезням. Но витамины бывают не только в таблетках, они еще растут на ветках. Очень много витаминов содержится в ягодах, фруктах и овощах. Назовите, какие вы знаете фрукты? Овощи? Ягоды?...

**Витаминный бильярд**

***Задачи:*** учить заботиться о своем здоровье. Познакомить с витаминной ценностью продуктов, с действием витаминов на организм.

***Оборудование:*** игровое поле – «бильярд» с дидактическими картинками овощей, фруктов, как заменитель витаминов положены шарики с буквами; лопаточки для передвижения шариков.

***Ход игры:***

Ребенку предлагается рассказать о продукте, на который попал шарик-витамин.

**Витаминный домик**

***Задачи:*** формировать представления о разновидностях витаминов; закрепить знания о витаминах содержащихся в пище.

***Оборудование:*** плоскостной домик с открывающимися окошечками, за которыми написаны буквенные обозначения витаминов.

***Ход игры:***

Детям предлагается по названию витаминов вспомнить продукты, в которых он содержится.

Вариант 1. – Открой окошечко и скажи, семья какого витамина в ней живет.

Вариант 2. – Как ты думаешь, наши продукты живут в семье витамина А, В, С, D, фосфора или кальция?

**Аскорбинка и её друзья**

***Задачи:*** закреплять знания о витаминах и продуктах, в которых они содержаться.

***Оборудование:*** игровые карточки-пазлы.

***Ход игры:***

Вариант 1. Детям раздаются круглые карточки, на середину стола выкладываются угловые карточки.

По сигналу ведущего игроки начинают подбирать нужные карточки и подставлять их к своим карточкам.

Кто сделает все правильно и первым, тот – победитель.

Вариант 2. Играют до 9 человек. Игроки берут себе одинаковое количество карточек и кладут перед собой. Угловые карточки лежат вперемешку между собой на середине стола лицевой стороной вниз.

Первый игрок берет любую угловую карточку и переворачивает ее. Если карточка подходит к его круглой карточке, игрок подставляет ее и переворачивает вторую угловую карточку и т.д. до тех пор, пока угловые карточки подходят к круглым.

Если угловая карточка не

подходит, игрок кладет ее на место лицевой стороной вниз, и ход переходит к следующему игроку.

Выигрывает тот, кто первым соберет свои пазлы.

### Кто в домике живет?

***Задачи:*** формировать знания о компонентах составляющих пищевые продукты: жирах, белках, углеводах, витаминах, раскрыть их роль в жизни человека; научить способам сохранения и укрепления здоровья через желание правильно питаться.

***Оборудование:*** плоскостной домик с открывающимися окошечками, за окошечками наклеены предметные картинки продуктов питания.

***Ход игры:***

Рассматривание картинок, разрешение проблемных ситуаций по заданию воспитателя.

Вариант 1.Отгадать какие продукты спрятались за дверью под названием: белки, жиры, углеводы, витамины.

Вариант 2. Рассмотри картинки, скажи к какой группе полезных веществ они относятся, проверь свой ответ, закрыв дверцу, прочитай, что на ней написано.

Вариант 3.Предложить решить проблемные ситуации:

– Что будет, если ребенок не будет есть мясо, рыбу, молочные продукты?

– Будет мало есть каши и хлеба?

– Будет много есть сладостей?

**Полезная и вредная еда**

***Задачи:*** закрепить представление детей о том, какая еда полезна, какая вредна для организма.

***Оборудование:*** карточки зелёного и красного цвета; предметные картинки с изображением продуктов питания (торт, лимонад, копчёная колбаса, пирожные, конфеты, чёрный хлеб, каша, молоко, варенье, сок, овощи, фрукты); поощрительные значки (вырезанные из цветного картона яблоко, морковка, груша).

***Ход игры:***

Детям раздают картинки с изображением различных продуктов питания. Под зелёную картинку положить картинки с полезной едой, а под красную – с вредной, дети должны быть внимательны, в случае ошибки исправления не допускаются. Верное решение игровой задачи поощряется значком.

**Пищевое лото**

***Задачи****:* формировать у детей представление о пользе тех или иных продуктов, для чего они нужны человеку.

***Оборудование:*** три большие карты с кармашками (витамины, белки, жиры); маленькие карточки с изображением тех или иных продуктов (32 шт.), большие карты по типу лото.

***Ход игры:***

Дети раскладывают маленькие карточки в кармашки больших карт:

1. витамины: морковь, лук, арбуз, смородина, малина, шиповник, огурец, яблоко.

2. белки: молоко, кефир, яйца, грибы, орехи, мясо, крупы, рыба.

3. жиры: сметана, колбаса, сосиски, семена подсолнуха, растительное и сливочное масло, шоколадные конфеты, сало.

Игроки выбирают себе большие карты. Ведущий показывает маленькие карточки по одной, а игроки берут нужные им и кладут на свою карту. Выигрывает тот, кто первым заполнит все окошечки своей карты (по типу лото).

**Часы здоровья**

***Задачи:*** закреплять знания у детей о вредных и полезных продуктах питания и видах деятельности.

***Оборудование:*** «часы здоровья» со стрелками; в секторах изображения продуктов питания и деятельности человека, приносящей полезность или вредность для здоровья человека.

***Ход игры:***

Вариант 1. Воспитатель предлагает детям по очереди прокручивать стрелки на «часах здоровья», при этом периодически говорит: «Стоп». Игрок останавливает стрелку на «часах здоровья», рассматривает изображение, на которое она направлена и рассуждает о полезности или вредности того, что находится на картинке.

Вариант 2. Совместить два круга часов и соотнести варианты картинок. Например, во время занятия – не кричать или перед сном не смотреть долго телевизор.

**Будь здоров!**

***Задачи:*** формировать привычку здорового образа жизни, закреплять знания у детей о полезных продуктах и видах деятельности.

***Оборудование:*** картинки с изображением продукта питания и вида деятельности человека.

***Ход игры:***

Воспитатель предлагает детям соотнести картинку с продуктом питания с видом деятельности. Например, картинку с изображением моркови и спортсмена и соотнести их между собой: спортсмен для питания выбирает полезные овощи и т.д.

**Магазин полезных продуктов**

***Задачи*:** формировать у детей представления о необходимости заботы о своём здоровье, о важности правильного питания как составной части сохранения и укрепления здоровья, закрепить у детей представления о продуктах питания, их влиянии на организм человека.

***Оборудование:*** вывеска «Магазин полезных продуктов», набор из 8 карточек-символов «Полезно для мышц», «Полезно для укрепления скелета, костей», «Полезно для сердца», «Полезно для глаз», «Полезно для зубов», «Полезно для роста», «Продукты красоты», «Пища для ума» — и набор карточек с изображениями продуктов питания.

***Ход игры:***

Вариант 1. Перед детьми выкладывается вывеска «Магазин полезных продуктов». Педагог предлагает детям подумать и ответить: почему важно употреблять в пищу полезные продукты, в чём их польза, какие органы и системы человека они укрепляют?

Ответы детей педагог сопровождает показом карточек-символов. Если дети не смогли назвать некоторые полезные свойства продуктов, педагог сам дополняет целевой ряд, выставляет и называет карточки-символы.

Вариант 2. Педагог отбирает три карточки-символа (например, «Полезно для мышц», «Полезно для глаз (зрения)», «Полезно для зубов») и выставляет их поочерёдно возле каждой продуктовой полки в магазине (на наборном полотне).Затем он выкладывает перед детьми карточки с изображениями продуктов питания (морковь, черника, творог, молоко, рис, яблоко, сыр, лук, зелень, зелёный горошек, тыква). Дети рассматривают карточки, называют их и расставляют на полки в соответствии с карточкой - символом.

В случаях затруднений педагог объясняет полезные свойства продуктов, а также обращает внимание детей на то, что некоторые продукты укрепляют сразу несколько органов и систем — например, творог укрепляет и зубы, и скелет человека.

Вариант 3. Детям предлагается разложить предметные картинки с изображением продуктов на три стола: полезные, не очень полезные и вредные для здоровья.

В процессе игры педагог обращает внимание детей на то, что разделение продуктов на группы по степени полезных свойств на организм человека очень условно!

**Полезные свойства продуктов**

|  |  |
| --- | --- |
| Полезно для мышц | Молоко, кефир, творог, рыба, зелень, крупы |
| Полезно для укрепления костей | Молоко, творог, сыр, кефир, йогурт, фасоль, горох, крупы, зелень |
| Полезно для сердца | Яблоко, груша, орехи, черника, малина, клубника, фасоль |
| Полезно для глаз (зрения) | Морковь, горох, помидоры, лук, зелень, тыква, творог, черника, абрикос |
| Полезно для зубов | Яблоки, капуста, огурец, сыр |
| Полезно для роста | Морковь, зелень, лук, сырые овощи, фрукты, крупы, чёрный хлеб |
| Полезно для красоты | Орехи, рыба (морепродукты), кефир, йогурт, сыр, овсянка, пшено, банан, грейпфрут |
| Полезно для ума | Клюква, черника, орехи, рыба, свекла, капуста |

**Мы ходили в магазин**

***Задачи:*** учить детей ориентироваться в продуктах питания по степени полезности организму человека.

***Оборудование:*** карточки с продуктами питания.

***Ход игры:*** Водящий демонстрирует карточку с изображением продукта, дети находят на большой карточке такой же рисунок; рассказывают о пользе продукта, о витаминах, содержащихся в них. Выигравшим считается тот, кто первым заполнит карточку и даст более полный ответ

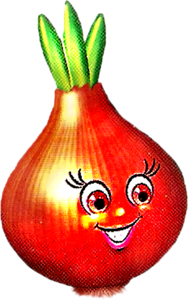
**Дерево здоровья**

***Задачи:*** закреплять знания у детей о вредных и полезных продуктах питания.

***Оборудование:*** схематическое изображение двух деревьев – «здоровья» и «нездоровья»; картинки на листочках с изображением соответствующим деревьям.

***Ход игры:***

Воспитатель предлагает детям разделиться на две команды, выбрав для себя дерево «здоровья» или дерево «нездоровья» и включает легкую музыку. Пока играет музыка, дети развешивают листочки с картинками по соответствующим деревьям. Как музыка остановилась, воспитатель подводит итоги выполнения задания.



****

Реклама

***Задачи:*** развивать у детей желание употреблять в пищу полезные продукты, учить детей связному рассказу по опорным карточкам-символам с выделением существенных признаков, воспитывать познавательный интерес к окружающему миру, развивать творческие, артистические способности.

***Оборудование***: вывеска «Магазин полезных продуктов», 6 карточек-символов и 15 маленьких карточек с изображениями полезных продуктов (например: помидор, тыква, яблоко, банан, апельсин, творог, молоко, греча, рис, черника, чёрная смородина, хлеб, земляника, слива, грецкий орех).

***Ход игры:***

Педагог выставляет на наборное полотно вывеску «Магазин полезных продуктов» и объявляет о том, что сегодня в магазине проводится День рекламы полезных продуктов. Прорекламировать продукт предлагается по определенной схеме:

1. Название продукта, принадлежность к группе (фрукты, овощи, крупы, молочные продукты…и т. д.).
2. «Адрес продукта» (где растёт, откуда привозят…).
3. Описание внешних качеств (размер, форма, цвет…).
4. Вкусовые качества (сладкое, солёное, кислое, ароматное…).
5. Как можно употреблять в пищу (сырое, вареное; какие блюда можно приготовить).
6. Чем полезно человеку (улучшает зрение, полезно для сердца и т. д.).

Перечисляя пункты схемы, педагог размещает на наборном полотне карточки-символы. Затем педагог предлагает пример рекламы моркови:

*– Уважаемые покупатели! Разрешите представить вашему вниманию морковь! Морковь – это овощ, она растёт на грядке в огороде. Морковочка – яркого оранжевого цвета, сладкая на вкус, очень сочная и хрустящая. Её можно есть и сырой, и вареной, делать из неё вкусные салаты, добавлять в супы. Из моркови также можно приготовить: морковное пюре, запеканку и даже пирог! Ах, какой полезный и вкусный из моркови получается сок! Морковь очень полезна: она укрепляет наши зубы, зрение, делает красивой кожу лица, а ещё морковь ценят за то, что она помогает детям быстрее расти. Покупайте морковку, растите на здоровье!*

Затем педагог раскладывает перед детьми карточки с изображениями различных продуктов питания, предлагает рассмотреть их и выбрать те, которые они хотели бы прорекламировать. Дети по очереди рекламируют полезные продукты. Лучшие рекламы отмечаются призами.

Составляем меню

***Задачи:*** формировать представления о том, что здоровье зависит от правильного питания – еда должна быть не только вкусной, но и полезной. Развивать зрительное восприятие, умение анализировать заданную ситуацию.

***Оборудование:*** картинка с накрытым столом (тарелки, чашки пустые, фишки-картинки с продуктами.

***Ход игры:***

Вариант 1. Ведущий говорит игрокам: «Перед вами накрытый стол для обеда (завтрака, ужина). Положи в первую тарелку то, что ты захочешь съесть вначале, затем заполни вторую тарелку, и вазочку для десерта. Отметить тех игроков, которые заполнили свои тарелки не одними сладостями, а кто – «составил меню», полезное для здоровья.

Вариант 2. Игрок самостоятельно составляет меню, объясняя свой выбор продуктов.

Меню для сказочных героев

***Задачи:*** закреплять у детей представления о полезных продуктах питания, их оздоровительном влиянии на организм человека, продолжать формировать у детей представление о необходимости заботы о своём здоровье, воспитывать у детей желание оказывать помощь.

***Оборудование:*** игрушка или плоскостная фигура повара, 8 карточек с изображениями сказочных персонажей и набор карточек с изображениями продуктов питания.

***Ход игры:***

Педагог показывает детям игрушку или изображение повара и объясняет, что на этот раз к нему придут необычные гости – сказочные герои. Повар Поварёшкин хочет угостить их не только вкусными, но и полезными блюдами. Детям предлагается помочь повару составить меню для сказочных героев.

Первой приходит Дюймовочка: выставляется её плоскостное изображение, дети вспоминают и называют сказку с участием главной героини.

Педагог предлагает детям подумать, какие продукты питания будут особенно полезны Дюймовочке, и выкладывает карточки с изображением продуктов питания: морковь, шоколадный батончик, зелень, лук, крупы, чёрный хлеб, чипсы. Дети высказывают свои предположения, предлагают различные варианты продуктов, выставляя карточки с их изображениями напротив сказочного персонажа.

Затем детям предлагается рассмотреть образовавшуюся рядом с Дюймовочкой группу продуктов и составить меню, то есть назвать блюда, которые можно из них приготовить. Например: «На завтрак можно приготовить гречневую кашу. На обед – суп с морковью, зеленью, луком, и не забыть подать к супу хлеб. Вечером можно потушить овощи, а из фруктов сварить компот».

Следующий гость – Кролик из сказки про Винни-Пуха. Детям снова предлагается выбрать продукты для сказочного героя.

Затем дети составляют меню для Кролика, педагог помогает в случаях затруднений.

По аналогии составляется меню для Ильи Муромца (из продуктов для укрепления мышц).

В ходе игры можно выполнить гимнастику для глаз (поможем Кролику), небольшой комплекс упражнений с гантелями (зарядка Ильи Муромца).

В последующем в игру можно вводить

других сказочных персонажей и усложнять игровые задания.

Поварята

***Задачи:*** Развивать навыки здорового питания. Закреплять знания детей о том, какие продукты входят в состав готовых блюд. Упражнять детей в сравнении, обобщении, классификации. Закреплять знания о полезных продуктах питания. Развивать коммуникативные способности. Формировать представления об алгоритме действий.

***Оборудование***: карточки с изображениями готовых блюд (суп, каша, салат, компот, винегрет, запеканка, ватрушка, варенье, пюре, сок, пирог, омлет, голубцы, плов, котлеты, мюсли) и карточки с изображениями продуктов питания.

***Ход игры:***

Педагог выставляет на наборное полотно плоскостную фигуру повара Поварёшкина и предлагает детям отгадать загадку:

*Дайте повару продукты —*

*Сахар, ягоды и фрукты, —*

*И тогда без промедленья*

*Сварит он для вас…(варенье)!*

Педагог предлагает детям стать помощниками повара Поварёшкина – поварятами. Он раздаёт детям карточки с изображением готовых блюд: суп, каша, компот, ватрушка. Затем педагог или ведущий (который выбирается по считалке) показывает поочерёдно карточки с изображениями продуктов питания: молоко, яблоко, мука, картофель, капуста, творог, сливочное масло ,яйцо, лук, груша, брусника, огурец, кефир, морская капуста, рис. Если один из поварят считает, что этот продукт необходим для приготовления его блюда, он называет продукт, изображённый на карточке, и берёт её себе. После того как нужные карточки будут отобраны, поварята рассказывают о своих блюдах, раскладывая карточки и называя их.

**Готовим обед**

***Задачи:*** формировать представления детям о продуктах, употребляемых в вареном, жареном и сыром виде.

***Оборудование:*** карточки с изображением кастрюли, сковороды, чайника и др.; карточки с изображением продуктов питания.

***Ход игры***:

Ведущий-повар предлагает меню, дети выбирают продукты (карточки с рисунками) и рассказывают, что они будут использовать для приготовления первого, второго и третьего блюда.

Можно предложить детям составить праздничное меню, завтрак для спортсмена, туриста.

**Вкуснятина**

***Задачи:*** формировать представление о многообразии продуктов питания, учить классифицировать, развивать логическое мышление.

***Оборудование:*** 9 кубиков со сторонами разного цвета, каждая сторона обозначает определенный вид продуктов. Например, зеленая – продукты растительного происхождения: горох, фасоль, лук, подсолнечное масло.

***Ход игры:***

Вариант 1. Выбрать лишний кубик из четырех предложенных.

Вариант 2. Воспитатель показывает кубик, дети говорят, что изображено, к какой группе продуктов относится.

Вариант 3. Предложить детям 3 кубика разных групп, дети определяют, что в них общего.

Вариант 4. Предложить выбрать кубики для составления какого-либо блюда.

**Режим питания**

***Задачи:*** Закрепить у детей знания и представления о режиме питания, его значении в жизни и здоровье людей. Закрепить знания о полезных продуктах питания. Воспитывать познавательный интерес к окружающему миру.

***Оборудование***: циферблат «Режим питания», карточки с изображениями готовых блюд: каша, суп, запеканка, винегрет, плов, салат, ватрушка.

***Ход игры:***

Игру предваряет беседа о значении режима питания в жизни и здоровье людей. Педагог выясняет у детей, знают ли они, сколько раз в сутки человеку необходимо есть, какой временной промежуток должен быть между приёмами пищи, почему важно соблюдать режим питания. Затем педагог предлагает послушать загадки и отгадать последнее слово.

Утром солнышко встаёт,

Мама нас к столу зовёт.

Не откладывай на завтра

Вкусный и полезный … (завтрак).

Днём играем и гуляем,

Но поесть не забываем.

Суп, котлеты, винегрет

Подают нам на…(обед).

В белоснежном колпаке

И с подносами в руке

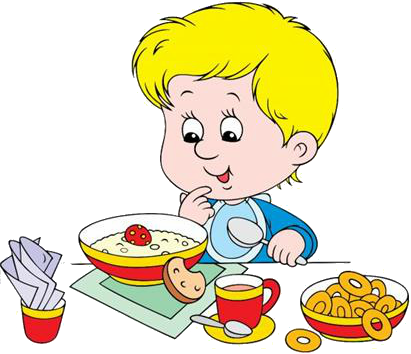
К нам приходит повар-модник,

Угощает кексом в…(полдник).

Ну и всем, конечно, нужен

Вечером приятный…(ужин).

Педагог выставляет на наборное полотно плоскостную фигуру повара и циферблат «Режим питания» и говорит: Есть у нашего повара волшебные часы, показывают время, когда мы есть должны». Показывая на циферблат, педагог объясняет детям, где и каким цветом на циферблате выделены завтрак, обед, полдник и ужин. *(Жёлтым цветом выделен завтрак, оранжевым – обед, зелёным – полдник, синим – ужин)*

****

**4.Тема: «Правила безопасности»**

**Найди опасные предметы**

***Цель:***помочь детям запомнить предметы, опасные для жизни и здоровья; помочь самостоятельно сделать выводы о последствиях не острожного обращения с ними.

***Оборудование:*** нож, ножницы, иголка, утюг.

***Ход игры:***

– В квартире остаются Андрюша и Наташа. Их родители ушли на работу. Давайте расскажем малышам, какими предметами нельзя им пользоваться, чтобы не случилось беды. Дети повторяют правила безопасности:

* Все острые, колющие, режущие предметы обязательно надо класть на место;
* Нельзя включать электроприборы, они могут ударить током или стать причиной пожара;
* Ни в коем случае нельзя пробовать лекарства – это яд;
* Нельзя пробовать стиральные порошки, средства для мытья посуды, соду, хлорку;
* Опасно одному выходить на балкон.

**Отгадай загадку**

***Цель:***помочь детям запомнить основную группу опасных предметов, развивать внимание.

***Оборудование:*** картинки с изображением опасных предметов.

***Ход игры:***

Взрослый загадывает загадку, а дети отгадывают и находят соответствующую картинку. Взрослый просит подумать и сказать, чем опасны эти предметы? Дети рассказывают, какую опасность таит каждый предмет.

**Опасно – не опасно**

***Задачи:***учить детей отличать опасные жизненные ситуации от не опасных, уметь предвидеть результат возможного развития ситуации; закреплять знание правил безопасного поведения; воспитывать чувство взаимопомощи.

***Оборудование:*** набор дидактических картинок с изображением опасных и не опасных для жизни и здоровья ситуации; карточки разных цветов (кранного, белого и жёлтого) в зависимости от вариантов игры.

Содержание картинок: ребёнок ползает по лестнице, читает книгу, прыгает с высоты, одет не по погоде, кашляет на других и т.д.

***Ход игры:***

Детей просят определить степень угрозы предлагаемой (наглядной или словесной) ситуации для жизни и здоровья, поднять определённую карточку, в зависимости от опасности, правильно разложить дидактические картинки.

Внимательно прослушав рассказ воспитателя, дети поднимают красную карточку, если есть опасность, жёлтую – если опасность может возникнуть при определённом поведении, и белую – если опасности нет.

Дети не должны мешать друг другу, при необходимости дополнять ответы товарищей.

Игра – дело серьёзное

*Задачи:* упражнять детей в выборе безопасных предметов для игр по картинкам,закреплять знания о том, какими предметами можно играть.

*Оборудование*: картинкис изображением различных предметов (опасных и неопасных), два обруча

*Ход игры:*

Детям предлагается разложить картинки по двум обручам. В один обруч дети отбирают картинки с изображением предметов, с которыми можно играть, во второй – картинки с изображением предметов, с которыми нельзя играть, и объясняют свой выбор.

Сто бед

*Задачи*: закрепить представления об опасныхситуациях в быту, о правильных действиях в конкретных ситуациях; развивать внимание; воспитывать сочувственное отношение к пострадавшему

*Оборудование:* картинки с изображениемдетей в опасной ситуации

*Ход игры:*

Несколько картинок лежат на столе изображением вниз. Ребёнок выбирает любую, рассматривает и рассказывает: что на ней изображено, почему такое случилось с ребенком, что он сделал неправильно, что теперь делать ребёнку.

Что мы знаем о вещах

*Задачи*: расширять представления детей о правилах безопасного поведения в быту; развивать внимание, память; воспитывать чувство сотрудничества

*Оборудование:* карточки с изображением пореза, ожога, ушиба руки и пожара, картинки с изображением различных, бытовых предметов.

*Ход игры:*

В игре принимают от 2 до 4 детей, каждый из них берёт себе по картинке с изображением «травмы». Воспитатель поочередно поднимает картинку с изображением предмета. Участники должны догадаться, к какой травме может привести неправильное обращение с этим предметом, соотнести со своей карточкой и взять картинку. При отборе ребёнок должен объяснить, чем опасен тот или иной предмет, рассказать правила общения с ними.

**Если сделаю так…**

***Задачи:*** обратить внимание детей на то, что в каждой ситуации может быть два выхода: один – опасный для здоровья, другой – ничем не угрожающий; воспитывать бережное отношение к себе и другим людям, защищать окружающих, не причинять боли; развивать мышление, сообразительность.

***Оборудование****:* набор поощрительных предметов: фишек, звёздочек.

***Ход игры:***

Детям дают задание найти два выхода из предложенной ситуации (угрожающий и не угрожающий жизни и здоровью) предложить два варианта развития данной ситуации. Выслушав рассказ воспитателя, дети продолжают его после слов: «Опасность возникает, если я сделаю…», или «Опасности не будет, если я сделаю…» дети поднимают красную карточку, если есть опасность, жёлтую – если опасность может возникнуть при определённом поведении, белую – если опасности нет. Дети должны выслушать ответы товарища, не перебивать друг друга, желание ответить выражать поднятием руки. Полные ответы и существенные дополнения поощряют фишкой, звездочкой.

**Иголка**

***Задачи:*** закреплять представление об опасном предмете – игролке, развивать координацию движений.

***Ход игры:***

Дети держатся за руки, в центре круга игрок - «иголка». Дети читают слова:

*Играл с иглой воздушный шар.*

*И вот лежит он чуть дыша.*

*Игрушке даже ясно –*

*Играть с иглой опасно.*

Дети разбегаются врассыпную, пытаясь залезть на любое возвышение, гимнастическую стенку или лечь на пол, чтобы ноги не касались земли. Кого «иголка» «запятнала», тот становится «иголкой».

**Скорая помощь**

***Задачи:***закрепить у детей знания и практические умения по оказанию первой помощи.

***Оборудование:*** картинки с изображением медицинских принадлежностей (термометр, бинт, зеленка и др.), атрибуты к сюжетно-ролевой игре «Больница».

***Ход игры:***

Воспитатель обыгрывает с детьми ситуацию, когда человек порезал руку, ногу, разбил колено, локоть, когда заболело горло, поднялась температура, попала соринка в глаз, пошла носом кровь. По каждой ситуации отрабатывать последовательность действии.

**Назови правильно**

***Задачи:*** познакомить с названиями медикаментов, которыми пользуются для лечения и которые входят в состав «домашней аптечки».

***Оборудование:*** картинки с изображением медикаментов, входящих в состав «домашней аптечки», «аптечка».

***Ход игры:***

Детям предлагается собрать «домашнюю аптечку», называя медикаменты, объяснить свой выбор.

**Если кто-то заболел**

*Задачи*: закрепить знание о том, что при серьёзной травме необходимо вызвать врача «скорой помощи», позвонив по номеру «103», поупражнять в вызове врача

*Оборудование:* телефон

*Ход игры:*

Воспитатель: «Если мы сами не можем справиться с ситуацией, то мы вызываем врача, скорую помощь».

Детям предлагается вызвать врача на дом. Сначала набираем номер телефона и называем по порядку:

фамилия, имя —> адрес —> возраст —> жалобы

**Чтобы не заболеть…**

***Задачи:*** формировать умения избегать ситуаций, приносящих вред здоровью.

***Оборудование:*** сюжетные картинки.

***Ход игры:***

Дети выбирают картинки с изображением действий, которые позволяют защитить свой организм от болезней.

**Мы – спасатели**

*Задачи*: закрепить представления об опасных ситуациях в быту, о правильных действиях в конкретных ситуациях; развивать внимание; воспитывать сочувственное отношение к пострадавшему.

*Оборудование:* картинки, на которых изображены дети в конкретных опасных ситуациях, набор карточек с изображением тех действий, которые необходимо выполнить в той или иной ситуации.

*Ход игры:*

Воспитатель на стол кладёт картинку с изображениемопасной ситуации, ребёнок рассматривает её и из всех карточек с изображением действий выбирает две правильные, последовательно раскладывает их.

**В страну литературных героев**

***Задачи:*** закреплять у детей представления о ситуациях, которые могут угрожать их жизни и здоровью. Развивать у детей творческие способности, речь, память, чувство самосохранения.

***Оборудование:*** иллюстрации к сказкам: «Лиса и заяц», «Лисичка со скалочкой», «Волк и семеро козлят», «Жихарка», «Кот, петух, лиса и дрозд», «Приключение Буратино» и др.

***Ход игры:***

Вариант 1. Воспитатель предлагает рассмотреть иллюстрации к сказкам и выбирать те, в которых создана опасная ситуация для жизни и здоровья героя.

Вариант 2. Воспитатель называет сказку, дети придумывают как нужно поступить герою, чтобы избежать опасной ситуации.

**На прогулке**

***Задачи:***закреплять знания о правильном поведении и общении с животными, соотносить изображенное на картинках с правильными и неправильными действиями при встрече с животными.

***Оборудование:***иллюстрации, 2 обруча.

***Ход игры:***

Вариант 1.Несколько картинок лежат на столе изображением вниз. Ребёнок выбирает любую, рассматривает и рассказывает: что на ней  изображено, правильно или неправильно здесь поступает ребёнок.

Вариант 2. Детям предлагается положить в один обруч картинки сизображениемправильных действий при встрече с животными, а в другой – с неправильными действиями.

**По грибы**

***Задачи:***закреплять знание съедобных и несъедобных грибов, умение различать их по внешнему виду на картинке и муляжах.

***Оборудование:***картинки или муляжи съедобных и несъедобных грибов, корзинка.

***Ход игры:***

Детям предлагается собрать в корзинку съедобные грибы.

**Можно и нельзя**

***Задачи:*** упражнять детей в правилах поведения в природе, правилам общения с другими людьми, развивать умение мыслить логически, рассуждать.

***Оборудование:*** иллюстрации с ситуациями поведения человека в природе, при общении с другими людьми; карточки красного и белого цвета по количеству играющих детей.

***Ход игры*:**

Воспитатель показывает детям картинку, знакомит детей с ее содержанием. Дети, внимательно выслушав рассказ, поднимают красную карточку, если этого делать нельзя; белую, если ситуация соответствует правилам общения и поведения. Дети рассуждают о своем выборе и выборе товарищей.

**Чем помочь?**

***Задачи*:** учить устанавливать связи между объектами живой и неживой природы, выстраивать элементарные цепочки связей. Формировать гуманизм в отношении живой природы.

***Оборудование:*** дидактические кубики с изображением объектов живой и неживой природы, фишки-цветочки.

***Ход игры*:**

Воспитатель предлагает детям подумать и рассказать о том, что может быть, если в лесу не будет дождя (пожары, высыхание трав), что может случиться с животными во время пожара, что может произойти с птицами во время сильных морозов, что может случиться с растениями во время заморозков и т.д.

Дети рассуждают, устанавливая элементарные причино-следственные связи, и выкладывают с помощью кубиков логические цепочки связей. За правильно выстроенную цепочку ребенок получает фишку-цветочек.

****

****

**5. Тема: «Секреты психологического**

**здоровья»**

**Здоровье и цвет**

***Задачи:*** учить создавать определенный настрой на определенный вид деятельности с помощью цвета.

***Оборудование:*** разноцветные карточки и карточки с изображением определенного вида деятельности (дети занимаются, ребенок смотрит телевизор, спит, болеет и т.д.)

***Ход игры:***

Воспитатель предлагает детям выбрать цвет и соотнести с соответствующим видом деятельности:

* Красный – возбуждающий, энергетический (занятия, экзамен, спорт);
* Желтый – при напряженной работе глаз (пишут, рисуют, читают);
* Синий, голубой – при напряженных физических нагрузках (отдых после физических нагрузок);
* Фиолетовый – ускоряет процессы регенерации (быстрое заживление после болезни);
* Оранжевый – для преодоления вялости (поют, танцуют);
* Зеленый – для создания положительного эмоционального фона (спальня, отдых).

**Азбука настроений**

***Задачи:*** познакомить детей с основными человеческими эмоциями и способами их выражения.

***Оборудование:*** карточки с персонажами в разных эмоциональных состояниях (люди, животные).

***Ход игры:***

*Вариант 1: Пасьянс.* Педагог раскладывает перед ребенком по вертикали все карточки, на которых изображен один и тот же персонаж, например, все карточки с кошкой в разных настроениях. Ребенок должен разложить остальные карточки соответственно настроению персонажа, т. е. рядом с веселой кошкой положить веселого попугая, рыбу, мышку и т. д., причем по горизонтали должны быть расположены разные персонажи с одинаковым настроением, а вертикальные колонки должны составлять карточки с одним и тем же персонажем. После того как раскладка пасьянса закончена, ребенка просят назвать те настроения, которые имеют персонажи в горизонтальных рядах.

*Вариант 2: Имитация.*  Ребенка просят найти среди карточек сначала всех веселых людей и зверей, потом всех недовольных и т.д. Затем предлагается ребенку воспроизвести на своем лице сходное настроение, разрешая ему изредка смотреть на соответствующие картинки. Если в игре участвует несколько детей, то они выполняют это задание по очереди. Выигрывает тот, кто сделает это лучше всех. Если же все дети испытывают затруднения, то в игру включается ведущий и демонстрирует мимику настроений.

Когда дети научатся воспроизводить настроения с помощью зрительной подсказки, им предлагается выполнить то же задание без картинки, только по названию настроения.

*Вариант 3: Инсценировка.* Педагог вместе с детьми придумывает разные ситуации, приводящие к тому или иному настроению. Придуманные ситуации разыгрываются.

*Вариант 4: Кто быстрее.* В игре участвуют от 2 до 6 детей.

Педагог раздает каждому из них по 6 карточек с одним и тем же персонажем в разных настроениях. Педагог (или ведущий) называет какое-то настроение, а дети должны как можно

быстрее положить на стол ту карточку, на которой оно изображено. Выигрывает тот, кто сделает это быстрее других.

*Вариант 5.* Чтение детям отрывков художественных произведений с описанием данных эмоциональных состояний. Потом они показывают картинки с эмоциональным состоянием героев произведений и изображают эти состояния.

**Кубик**

***Задачи:*** закреплять знания о схематическом изображении эмоциональных состояний;учить изображать их.

***Оборудование:*** кубик, на гранях которого схематично изображены различные эмоциональные состояния.

***Ход игры:***

Вариант 1.Воспитатель бросает кубик, на каждой грани которого схематически изображено лицо, выражающее какое-либо эмоциональное состояние. Дети изображают соответствующую эмоцию. Тот, кто удачнее других выполнит задание, будет бросать кубик следующим.

Вариант 2. Ребенок бросает кубик, предварительно указав, кто будет имитировать эмоциональное состояние, изображенное на его грани. Далее кубик бросает тот, кто выполнял задание.

**Пиктограммы**

***Задачи:*** учить определять эмоциональные состояния человека по его жестам, позе (пантомимике).

***Оборудование:*** пиктограммы – набор карточек, на которых с помощью простых знаков изображены различные эмоции.

***Ход игры:***

Карточки перевернуты. Ребенок берет одну и, рассмотрев пиктограммы, старается определить настроение, которое они символизируют. Остальные дети стараются ему помочь.

**Добрые слова**

***Задачи:*** формировать умения и навыки общения.

***Оборудование:*** мяч.

***Ход игры:***

Дети становятся в круг, в его центре ведущий с мячом.

Ведущий читает стихотворение:

– Добрые слова не лень

Повторять мне трижды в день,

Кузнецу, ткачу, врачу

«С добрым утром!» – я кричу,

«Добрый день!» – кричу я вслед

Всем идущим на обед.

«Добрый вечер!» – так встречаю

Всех, домой спешащих к чаю.

Ведущий бросает мяч любому из игроков, который говорит одно из добрых слов и возвращает мяч ведущему.

**Вежливые слова**

***Задачи:*** учить детей употреблять в своей речи вежливые слова; учить понимать, что вежливость – это хорошее качество человека; развивать речь детей, память, воспитывать вежливость и обходительность.

Материал: образная игрушка, сумка.

Ход игры

Воспитатель предлагает детям «сложить» в сумку вежливые слова и подарить котику эту сумку. Дети по очереди говорят в сумку вежливые слова, например: «пожалуйста», «спасибо», «извини» и т.д.

Клубочек волшебных слов.

Цель: продолжать учить детей употреблять в своей речи «волшебные» слова; воспитывать вежливость, доброжелательность.

Материал: клубочек из ниток.

Ход игры

Воспитатель предлагает детям намотать на клубок нить из «волшебных» слов. Дети говорят по очереди «волшебные» слова и наматывают в клубок нить.

**Клубочек волшебных слов**

***Задачи:*** продолжать учить детей употреблять в своей речи «волшебные» слова; воспитывать вежливость, доброжелательность.

***Оборудование:*** клубочек из ниток.

***Ход игры:***

Воспитатель предлагает детям намотать на клубок нить из «волшебных» слов. Дети говорят по очереди «волшебные» слова и наматывают в клубок нить.

**Оцени поступок**

***Задачи:*** развивать представления детей о добрых и плохих поступках; характеризовать и оценивать поступки; воспитывать чуткость, доброжелательность.

***Оборудование:*** сюжетные картинки.

***Ход игры:***

Дети работают в парах. Каждой паре воспитатель предлагает сюжетную картинку. Дети должны рассмотреть картинку, описать, что видят и оценить поступок. Например: двое детей рассказывают по очереди: «Мальчик забрал у девочки мяч, девочка плачет. Мальчик сделал плохо, так делать нельзя».

**Да или нет**

***Задачи:*** формировать у детей желание беречь здоровье и здоровье других детей; учить понимать: что можно делать, а что – нет.

***Ход игры:***

Воспитатель предлагает поиграть в игру.

Воспитатель:

– Я буду называть ситуации, а вы, если так можно делать, – хлопаете в ладоши, если нельзя – топаете ногами. Например: можно играть спичками; можно ровно сидеть за столом; во время еды не следует разговаривать: не умываться утром; нельзя брать в руки острых предметов; нельзя прыгать с высоких горок; необходимо мыть руки после возвращения с прогулки и т.д.

**Комплименты 1.**

***Задачи:*** учить детей говорить друг другу комплименты; развивать речь, мышление; воспитывать дружелюбие.

***Ход игры:***

Дети образуют круг, берутся за руки. Сначала воспитатель начинает говорить ребенку, которого держит за руку справа. Например: «Миша, ты сегодня такой вежливый!»

Далее ребенок обращается к ребенку, которого он держит за руку справа. Если ребенку трудно произнести комплимент, то ему помогают другие дети.

**Комплименты 2.**

***Задачи:*** формировать навыки выражения позитивной оценки окружающим; преодоление внутренних комплексов.

***Ход игры:***

Дети выстраиваются в две шеренги, лицом друг к другу, и говорят друг другу комплименты; на каждый комплимент игрок делает один шаг.

1-й: Я очень рад учиться в одном классе с такой аккуратной девочкой.

2-й: Мне приятно просить у тебя учебник.

1-й: Ты очень жизнерадостный человек.

2-й: Ты никогда никого не обижаешь. ... И т.д.

Побеждает та пара, которая ближе всех сошлась по количеству шагов друг к другу.

**Проигрывание ситуаций**

***Задачи:*** помочь детям освоить эффективные способы поведения и использовать их в реальной жизни.

***Ход игры:***

Ребенку предлагаются ситуации, в которых он должен изображать самого себя.

Ситуации могут быть разными, придуманными или взятыми из жизни. Прочие роли при разыгрывании выполняют другие дети. Полезно меняться ролями.

Пример ситуации:

– Ребята из твоей группы в детском саду играют в интересную игру, а ты опоздал, игра уже началась. Попроси, чтобы тебя приняли в игру. Что будешь делать, если дети не захотят принять тебя?

**Цветик-семицветик**

***Задачи:***определить уровень нравственного развития группы.

***Оборудование:***цветик-семицветик с отрывающимися лепестками, фишки красные и синие.

***Ход игры:***

Каждый ребёнок, сорвав лепесток, может загадать только одно желание, рассказать о нём можно только тогда, когда лепесток облетит весь свет и вернётся к тому ребёнку, который загадывает желание. Предавая очередной лепесток по кругу, облетая весь цвет, дети кружатся.

*Лети, лети, лепесток,*

*Через запад на восток,*

*Через север, через юг.*

*Возвращайся, сделав круг.*

*Лишь коснёшься ты земли,*

*Быть по – моему вели! Вели…*  (В. Катаев)

Если загаданное ребенком желание отражает удовлетворение личных потребностей – он получает синюю фишку, если желание имеет общественную значимость – красную.

**Я не должен**

***Задачи:*** обучать нормам и правилам поведения во взаимоотношениях с людьми.

***Оборудование:*** сюжетные картинки, связанные с приемлемыми и неприемлемыми взаимоотношениями (в системах взрослый-ребенок, ребенок-ребенок), шаблон «Я – не должен» (например, изображение знака «–»).

***Ход игры:***

Игроки раскладывают около шаблона те картинки, которые изображают ситуации, неприемлемые во взаимоотношениях с людьми, объясняют свой выбор.

**6. Тема: «Здоровый образ жизни»**

**Распорядок дня**

***Задачи:*** закреплять у детей потребность быть здоровым, заботливо относится к своему организму.

***Ход игры:***

дети рассматривают картинки с изображениями режимных моментов, объясняя, что делают дети, для чего это нужно.

**Мой день**

***Задачи:*** рассказать о режиме дня; учить объяснять и доказывать свою точку зрения; учить находить нарушения закономерностей в последовательном ряду.

***Оборудование:*** 3-4 комплекта карточек с изображениями разных режимных моментов.

***Ход игры:***

Воспитатель предлагает детям расположить карточки последовательно, в соответствии с режимом (от утреннего подъёма до укладывания спать вечером), объяснить детям, почему так, а не иначе следует выкладывать карточки.

Вариант 1. Соревнование «Кто быстрее выложит ряд?».

Вариант 2. «Продолжи ряд». Воспитатель начинает выкладывать последовательность, а ребёнок продолжает.

Вариант 3. «Исправь ошибку». Воспитатель выкладывает всю последовательность карточек, нарушив её в одном или нескольких местах, дети находят и исправляют ошибки.

**Что такое хорошо, что такое плохо**

***Задачи:***учить оценивать поступки человека, воспитывать бережное отношение к окружающему (своему дому, двору, детскому саду) и своему здоровью.

***Оборудование:*** иллюстрации с изображением вредных и полезных ситуаций.

***Ход игры:***

Воспитатель предлагает детям изготовить пособие «Что такое хорошо, и что такое плохо». Пособие изготавливается постепенно, дети совместно с воспитателем отыскивают иллюстрации, называют вред и пользу изображенного на них: полезно – оформляют в рамку зеленую, вредно – в рамку красную, листы собирают в папку. Дети в свободное время рассматривают их, дорисовывают изображения, играют с ними.

**Сложи картинку**

***Задачи:*** закреплять знания о разных предметах полезных для здоровья; формировать заботливое отношение к здоровью.

***Оборудование:*** картинки с изображением предметов, способствующих здоровому образу жизни (кроссовки, мяч, гантели; полотенце, зубная щетка и паста и др.).

***Ход игры:***

Воспитатель предлагает детям сложить картинку из частей.

**Как вырасти здоровым**

***Задачи:*** формировать привычку здорового образа жизни.

***Оборудование:*** у каждого играющего набор из 7 картинок, на которых изображены дети, выполняющие различные действия, направленные на укрепление и поддержание здоровья:

а) уход за своим телом;

б) выполнение физических упражнений;

в) приём здоровой пищи;

г) игры на улице;

д) сон;

е) игры дома, в том числе и совместные с взрослыми;

ж) помощь взрослым (уборка в квартире, сбор урожая, труд в природе).

***Ход игры:***

Ведущий показывает картинку, ребята должны отобрать из имеющихся у каждого из них набора картинок те, на которых изображены дети, выполняющие аналогичные действия. Например: мальчик причесывается, девочка моет руки, мальчик чистит зубы, девочка принимает ванну.

**Лабиринты здоровья**

***Цель*:** закреплять у детей потребность быть здоровым, заботливо относится к своему здоровью и здоровью окружающих.

***Оборудование:*** изображения лабиринтов, «пройдя» по которым можно выполнять действия, способствующие здоровому образу жизни.

***Ход игры:***

Воспитатель предлагает ребенку «пройти» по лабиринту. По ходу выполнения задания предлагает решить проблемные ситуации:

– Малыш сидит совсем близко от телевизора и смотрит передачу. Как ты думаешь, это полезно для его здоровья? Чем ты посоветуешь заняться малышу? Помоги добраться до игрушки!

– Соня хочет почистить зубы. Помоги ей пройти к полочке с зубной щеткой и пастой.

**Подбери предметы**

***Задачи:*** закреплять знания о разных предметах полезных для здоровья; формировать заботливое отношение к здоровью.

***Ход игры:***

Ребёнку предлагают рассмотреть лежащие на столе предметы, полезные для здоровья, и объединить их в группы. Например, предметы ухода за собой, спортивные принадлежности, полезные продукты.

**Закончи предложение**

***Задачи:*** формировать умение понимать причинные связи между поведением и следствием, способствовать сознательному отношению к своему здоровью.

***Оборудование:*** мяч.

***Ход игры:***

Педагог организует игру с детьми в кругу с мячом. Он бросает мяч ребенку, начиная предложение, а ребенок его продолжает.

Например:

«Если я буду есть много сладкого, то…», «Если зарядку буду делать каждый день, то…», «Если будешь есть фрукты немытыми, то…», «Буду заниматься спортом, чтобы…».

**Умозаключение**

**Задачи:** упражнять детей в установлении причинно-следственных связей; развивать связную речь детей.

***Ход игры:***

**Детям предлагается з**акончить предложение:

Руки надо мыть, потому что…;

Дышать надо носом, чтобы…;

Люди чистят зубы, чтобы…;

Фрукты полезны человеку, потому что…;

Физкультурой заниматься полезно, потому что…

**Три слова**

***Задачи:*** закреплять знания о здоровом образе жизни и его составляющих.

***Ход игры:***

Дети стоят в кругу, ведущий читает счита-лочку, на ком-то останавливается, говорит ему любую тему, а игрок должен быстро назвать ему три слова из этой темы.

Например: тема «Режим дня».

Ответ: подъем, прогулка, сон.

**Малыши-крепыши**

***Задачи:*** закреплять знания о здоровом образе жизни, понимание того, что занятия физкультурой и спортом, закаливание, правильное питание и соблюдение режима способствуют хорошему физическому развитию.

***Оборудование***: картинки с изображением зарядки, прогулки, посещения стоматолога, занятий спортом и т. д.

***Ход игры:***

Вариант 1. Водящий показывает картинки, дети описывают их и объясняют, чем полезна для здоровья та или иная ситуация.

Вариант 2. Ведущий зачитывает стихотворения, дети выбирают картинки, отражающие их содержание, и объясняют, чем это полезно для здоровья.

Вариант 3. Детям раздаются картинки с изображением режимных процессов. Дети выкладывают их в соответствующей последовательности, объясняя свой выбор и предлагая изменения и дополнения, которые могут быть внесены в режим дня.

**У каждого своя зарядка**

***Задачи:*** закреплять представления о пользе физических упражнений.

***Оборудование***: картинки с изображением предметов, с которыми можно выполнять физические упражнения.

***Ход игры:***

Воспитатель раздаёт детям предметные картинки и предлагает придумать упражнение с этим предметом. После выполнения упражнения ребёнок рассказывает, для чего предназначено это упражнение.

**Виды спорта**

***Задачи:*** познакомить детей с видами **спорта**, **спортивным инвентарем**;пополнить словарный запас ребенка новыми словами; создать у детей мотивацию заниматься физической культурой и **спортом**.

***Оборудование:*** большие картинки с изображением видов спорта, маленькие картинки – спортивное оборудование и инвентарь.

***Ход игры:***

Вариант 1. Детям рассказывается о видах спорта. Например: футбол – хоккей, лыжи – волейбол, спортивная гимнастика – бокс и т.д. Затем детям предлагается правильно подобрать картинки к каждому виду **спорта**,назвать, что на ней нарисовано, объяснить, почему именно эта картинка.

Вариант 2.Дети делятся на две команды. Командам раздаются одинаковое количество больших картинок. Дети по сигналу должны правильно подобрать маленькие картинки к каждому виду спорта.

**Угадай вид спорта**

***Задачи:*** расширять представления детей о видах спорта и названиях спортивного оборудования.

***Оборудование***: иллюстрации и фотографии людей, занимающихся разными видами летнего и зимнего спорта и спортивного оборудования.

***Ход игры:***

Вариант 1. Педагог даёт описание действий участника соревнований по определённому виду спорта, дети находят соответствующую картинку.

*Усложнение:* игра проводится без наглядного материала. Дети определяют вид спорта по описанию и называют его.

Вариант 2. Дети подбирают пары: картинка с изображением спортивного предмета и спортсмена, которому он необходим.

*Усложнение:* один из детей описывает спортивный предмет, остальные называют вид спорта, к которому он относится.

**Кто быстрее**

***Задачи:***систематизировать знания детей о различных видах спорта, воспитывать интерес к спорту, желание им заниматься.

***Оборудование:*** кукла доктора Гантелькина, картинки с различными видами спорта.

***Ход игры:***

К детям приходит кукла доктора Гантелькина, приносит картинки с разными видами спорта. Дети встают в круг. Гантелькин предлагает показать детям знакомые им виды спорта при помощи мимики и движений. По очереди дети встают в центр круга и показывают задуманный вид спорта. Если дети в кругу отгадают, ребенок получает картинку от Гантелькина.

**Спортивная мозаика**

***Задачи:*** закреплять знания о видах спорта.

***Оборудование:*** картинки с видами спорта (хоккей, футбол, спортивная гимнастика, легкая атлетика и др.).

***Игровые действия:***

**Вариант 1.** Предложить ребенку из всех картинок выбрать только те, на которых изображен хоккей или футбол, или спортивная гимнастика.

**Вариант 2.** В игре участвуют от 2 игроков. Каждый ребенок получает задание, собрать картинки определенного вида спорта.

**Я умею**

***Задачи:*** закрепить знание видов спорта и спортсменов.

***Оборудование:***микрофон.

***Ход игры:***

Воспитатель говорит:

– Чтобы быть здоровым, нужно заниматься спортом. Однако есть люди, для которых спорт – профессия. И сейчас мы вспомним их.

Воспитатель начинает игру, передавая микрофон по кругу.

– Я – лыжник, я умею кататься на лыжах, но не умею кататься на коньках, а ты?

– Я – фигурист, я умею кататься на коньках, но не умею плавать, а ты?

– Я – пловец, я умею плавать, но не умею кататься на велосипеде, а ты?

– Я – велосипедист, я умею кататься на велосипеде, но не умею забивать мяч, а ты?

– Я – футболист, я умею забивать мяч, но не умею играть в хоккей, а ты?

**Узнай движение**

***Задачи:*** выявить знания детей о простых движениях, закрепить умение их выполнять, развивать память, внимание.

***Оборудование:*** 5 больших карт с изображениями различных видов движений, которые отделены друг от друга сплошной линией; 5 больших карт с изображениями этих же движений, которые отделены пунктирными линиями.

***Ход игры:***

*Вариант 1.* В игре могут участвовать до 5 детей. Взрослый раздает детям большие карты, а маленькие карточки с рисунками перемешивает и складывает на столе перед собой в стопку изображениями вниз. Затем он берет из стопки по одной карточке и, показывая детям, спрашивает, у кого из них на большой карте есть такой же рисунок, например: «У кого на карте мальчик перешагивает кубик?». Тот, у кого  есть такой рисунок, говорит: «У меня на карте мальчик перешагивает кубик». Если ответ верный, ребенок забирает карточку у взрослого и закрывает ею такой же рисунок на большой карте. Ребенок, который закрыл свою большую карту первым, выполняет по желанию 1-2 движения. Взрослый хвалит детей за старание.

*Вариант 2.* В игре могут участвовать до 5 детей. Взрослый или ребенок-ведущий раздает детям большие карты, а маленькие карточки с изображениями движений перемешивает и складывает на столе перед собой в стопку изображениями вниз. Затем он берет из стопки по одной карточке и, показывая детям карточку, спрашивает, у кого из них на большой карте есть такой же рисунок. Тот, у кого есть такой рисунок, сначала называет движение, а затем самостоятельно выполняет его. После этого ребёнок забирает карточку у взрослого и закрывает ею рисунок на большой карте.

Побеждает ребёнок, первым закрывший маленькими карточками все рисунки на большой карте.

**Физкультура на кубиках**

***Задачи:*** развивать у детей внимание, зрительное восприятие, мышление, учить различать и классифицировать разные виды движений, правильно их выполнять.

***Оборудование:***6 кубиков.

На одном кубике представлены картинки по одному из 6 видов физических упражнений:

1. ходьба (ходьба широким шагом, ходьба на носках, ходьба по ребристой доске, ходьба змейкой, ходьба с переступанием через рейки приподнятой лестницы, ходьба по извилистой веревке);
2. бег (бег обычный, бег вдвоем, бег друг за другом, бег за мячом, бег за обручем, бег с воздушным змеем);
3. прыжки (прыжок на двух ногах, продвигаясь вперед; прыжок на двух ногах через лежащую на полу веревку; прыжок на одной ноге вокруг расставленных предметов; спрыгивание с пенька; подпрыгивание на месте, пытаясь достать подвешенный предмет; прыжки с короткой скакалкой);
4. ползанье, лазанье (подлезание под стул, пролезание в обруч, ползанье по наклонной доске, лазанье по наклонной лестнице, ползанье по скамейке, подлезание под горизонтальное бревно);
5. катание, бросание (бросание мяча в коробку, подбрасывание и ловля мяча, отбивание мяча от пола одной рукой, перебрасывание мяча друг другу, перебрасывание мяча через сетку, бросание мяча в вертикальную цель);
6. упражнения с сохранением равновесия (стоя на одной ноге, согнув вторую ногу в колене; стоя на одной ноге, отведя назад вторую ногу; ходьба по разложенным кубикам; ходьба с предметом на голове; ходьба по скамейке; ходьба по скамейке с предметом на голове).

***Ход игры:***

*Вариант 1.* Игра проводится индивидуально или с подгруппами из 2-3 человек. У каждой подгруппы – набор кубиков. Детям можно предложить рассмотреть кубики и найти рисунки, на которых мальчики и девочки ходят (бегают, прыгают и т.д.). Затем они строят «дорожки» из кубиков: первая «дорожка» – дети бегают,

вторая – прыгают и т.д.

*Вариант 2.* Игра проводится индивидуально или с подгруппами из 2-3 человек. У каждой подгруппы – набор кубиков. Выкладывая «дорожку» («башенку») из 6 кубиков в определенной, заданной взрослым последовательности (сначала кубик, где дети бегают, затем – где ползают, и т.д.), дети отвечают на вопросы: «Как называется движение?», «Как ребенок на картинке его выполняет?», «Какое движение нравится тебе больше всего?». При этом взрослый рассказывает о пользе движений для здоровья человек.

Выигрывает подгруппа детей, первыми выполнивших задание и правильно ответивших на вопросы.

**Парочки**

***Задачи:*** закрепить знание видов спорта и спортсменов.

***Оборудование:*** разрезные карточки с изображением видов спорта.

***Ход игры:***

*Вариант 1.* Перед ребенком выкладываются карточки рубашками вверх. Каждая карточка имеет пару. Ребенок переворачивает любые две карточки. Если изображения на открывшихся карточках идентичны, то карточки остаются открытыми, если нет, то они снова переворачиваются изображением вниз и ребенок открывает следующую пару карточек. Игра идет до тех пор, пока все карточки не будут открыты. Играть можно поочередно. Количество выкладываемых карточек регулируется взрослым в зависимости от уровня развития детей.

*Вариант 2.* Перед ребенком выкладывается часть карточек без пары изображением вверх и одна – две карточки имеющие пару. Ребенку предлагается найти одинаковые карточки. Количество парных карточек и общее количество выкладываемых карточек зависит от индивидуальных способностей ребенка.

**Здоровье с комнатными растениями**

***Задачи:*** закрепить знания у детей о комнатных растениях, их названиях и полезных свойствах.

***Оборудование:*** картинки с комнатными растениями, фишки.

***Ход игры:***

Воспитатель предлагает детям выбирать по очереди перевернутые картинки. Рассмотрев изображение на картинке, ребенку необходимо назвать комнатное растение и перечислить его полезные свойства. Выполнив задание, ребенок получает фишку. Выиграл тот, у кого больше фишек.

**Письмо от Почемучки**

***Задачи:*** закрепить представления детей о строении и деятельности организма, отдельных органов; вызвать желание пропагандировать здоровый образ жизни.

***Оборудование:*** большой цветной конверт с маркой (на конверте адрес детского сада, группы), цветные карточки с вопросами к детям.

***Ход игры:***

Дети по очереди достают из конверта от Почемучки вопросы (цветные карточки).

Воспитатель читает, дети выслушивают вопрос и кратко и ясно на него отвечают.

*–* Что нужно делать, чтобы сердце работало правильно?

– Что полезно для сохранения зрения?

– Какие продукты полезны для хорошего зрения?

– Какие витамины нужны для роста организма?

– Как избежать травм на прогулке?

– Можно ли срывать и употреблять в пищу незнакомые грибы и ягоды? Почему? и т.д.

****

**Список источников**

**Литература:**

1. Тарасова Т.А. Я и мое здоровье: практическое пособие для развития и укрепления навыков здорового образа жизни у детей от 2 до 7 лет: программа занятий, упражнения и дидактические игры. –  М.: Школьная Пресса,  2008.
2. Терпугова Е.А. Валеологическое воcпитание детей дошкольного возраста. – Ростов н/Д: Феникс, 2007.
3. Шухатович В.Р. Здоровый образ жизни. Энциклопедия социологии. – Мн.: Книжный дом, 2010.

**Интернет-ресурсы:**

1. http://detsad-kitty.ru/lessons/7631-bud-zdorov-formirovanie-osnov-zdorovogo-obraza.html

2. http://nashideto4ki.ru/news/zozh\_zdorovyj\_obraz\_zhizni

3. http://forchel.ru/20237-didaktichesk...az-zhizni.html

4. http://prostatitusnet.ru/studentu/praktika/kartoteka-podvizhnyh-igr-dlya-starshego-doshkolnogo-vozrasta

5. http://planetadetstva.net/vospitatelam/starshaya-gruppa/ya-i-moyo-zdorove-valeologicheskie-igry-i-uprazhneniya.html

6. festival.1september.ru/articles/617965/