

Картотека дидактических игр по формированию начальных представлений о ЗОЖ у детей раннего дошкольного возраста

«Кому что нужно»

Цель: закрепить знания детей о предметах, необходимых для работы врачу, повару, продавцу.

Материал: круг, поделенный на сектора, в каждом из них картинки с изображением предметов, необходимых для работы врачу, повару, продавцу, в середине круга стрелки, на них изображены врач, повар, продавец.

Ход игры:

воспитатель предлагает ребёнку найти предмет, необходимый для работы врачу (повару, продавцу).

«Разложи картинки по порядку»

Цель: систематизировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, развивать речь, внимание, память.

Материал: картинки с изображением моментов распорядка дня

Ход игры:

воспитатель говорит о том, что волшебник Путаница перепутал картинки распорядка дня, и предлагает разложить картинки по порядку. Воспитатель подводит итог высказываниям детей.

Каждое утро, чтобы быть здоровым, мы начинаем с зарядки.

Чтобы расти сильными, ловкими и смелыми, ежедневно поутру мы зарядку делаем.

Воспитатель предлагает каждому вспомнить своё любимое упражнение, показать и всем вместе выполнить его.

«Оденем куклу на прогулку»

Цель: закреплять знания детей об одежде, формировать умение детей одевать куклу соответственно сезону года, погоде, систематизировать представления детей о здоровье, развивать у детей внимание, память, логическое мышление.

Материал: бумажная кукла с различной одеждой

Ход игры: воспитатель говорит, что кукла собирается на прогулку, но не знает, что ей надеть, сейчас зима и на улице очень холодно (различные ситуации).

Дети «одевают» куклу и объясняют свой выбор.

«Чудесный мешочек»

Цель: уточнить названия фруктов, овощей, формировать умения определять их на ощупь, называть и описывать.

Материал: мешочек, муляжи овощей, фруктов

Ход игры:

воспитатель показывает группе «чудесный мешочек» с муляжами овощей,

фруктов и предлагает детям узнать, что находится в «чудесном мешочке». Ребёнок опускает руку в «чудесный мешочек» и на ощупь определяет его, затем достаёт и описывает по схеме. Воспитатель даёт образец описания овощей, фруктов.

- У меня помидор, он красный, круглый, гладкий.
А у тебя?

Если дети затрудняются ответить, воспитатель задаёт наводящие вопросы: какой формы?

Какого цвета? Какой предмет на ощупь?

Дети складывают все овощи, фрукты на поднос.

«Угадай на вкус»

Цель: уточнить названия фруктов, овощей, формировать умения определять их на вкус, называть и описывать.

Материал: тарелка с нарезанными овощами, фруктами

Ход игры: воспитатель вносит тарелку с нарезанными овощами, фруктами,

предлагает детям попробовать кусочек какого-то овоща, фрукта и задаёт вопросы:

«Что это?», «Какой на вкус?»,

«Кислый, как что?», «Сладкий, как что?»

«Узнай и назови овощи»

Цель: закрепить названия фруктов, овощей, формировать умения узнавать их по описанию воспитателя

Ход игры: воспитатель описывает какой-либо овощ (фрукт, а дети должны назвать этот овощ (*фрукт*)).

«Вымоем куклу»

Цель: закреплять знания о предметах личной гигиены для мытья и умывания, последовательность действий, способствовать формированию привычки к опрятности.

Материал: различные предметы и предметы личной гигиены для мытья и умывания, куклы.

Ход игры: играют 2 человека. Сначала им предлагается из множества предметов выбрать те, которые «помогают» вымыть (умыть) куклу. А затем моют её. Выигрывает тот, кто правильно отберёт предметы личной гигиены и правильно последовательно вымоет (умоет) куклу.

«Подбери картинки»

Цель: уточнить представления детей о предметах личной гигиены, формировать навыки здорового образа жизни

Материал: картинки различных предметов, картинки с изображением предметов личной гигиены

Ход игры: воспитатель просит выбрать только картинки с изображением предметов, помогающих ухаживать за телом (лицом, зубами, волосами)

«Сделаем куклам разные причёски»

Цель: закреплять навыки ухода за волосами, уточнить названия необходимых для этого предметов, формировать понятие «опрятный внешний вид»

Материал: куклы, расчёски, заколки.

Ход игры: воспитатель предлагает детям причесать кукол.

«Правила гигиены»

Цель: 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.

«Кто я такой?»

Цель: упражнять детей в умении правильно называть части тела человека, умении различать девочек и мальчиков.

Материал: картинки с изображением мальчика и девочки, карточки-накладки.

Ход игры: воспитатель называет какую-либо часть тела, ребёнок находит её среди карточек и кладёт её на картинку. Или воспитатель показывает карточку, ребёнок называет нарисованную часть тела и кладёт на картинку.

«Запомни движение»

Цель: упражнять в умении осознавать, запоминать и воспроизводить показанные движения, развивать зрительно-моторную память, внимание.

Ход игры: воспитатель или ребёнок показывает движения. Дети должны их запомнить и воспроизвести.

«Моё лицо»

Цель: Учить познанию самого себя, своей индивидуальности. Обучать детей составлению лица человека (с использованием различных предметов). Развивать мелкую моторику рук. Закреплять понятия детей о цвете (голубые, зеленые, серые, карие глаза). Закреплять представление о частях лица; активизировать словарь: глаза, рот, губы, нос, брови. Развивать тактильные ощущения.

Материал: разноцветная тесьма, пуговицы, палочки, пластилин, наждачная бумага, бархатная бумага, поролон.

Ход игры:

Используя различные материалы, дети составляют человека или его лицо; дают описательный рассказ о лице, его форме и т. д.

«Чистые руки»

Цель: Обучать последовательности действий процесса умывания. Активизировать словарь: мыло, мочалка, щетка, полотенце. Формировать потребности в соблюдении правил личной гигиены. Учить практическому освоению навыков здорового образа жизни.

Материал: картинки с правилами, предметами туалета, мелкие игрушки, объемные фигурки животных, предметы труда.

Ход игры:

1 – й вариант – воспитатель предлагает детям выбрать картинки, соответствующие правилу, когда надо мыть руки, и соответственно картинке найти объемные предметы.

2 – й вариант – воспитатель предлагает детям имитировать движения процесса умывания (развивается творчество и воображение).

«Умею – не умею»

Цель: Активизировать внимание детей на свои умения и физические возможности своего организма. Развивать исследовательскую деятельность, воспитывать чувство собственного достоинства.

Ход игры:

В игре может участвовать любое количество детей (от 1 до 10). Ведущий бросает ребенку мяч и произносит: «Я умею» или «Я не умею». Ребенок, поймав мяч, должен продолжить фразу, объяснив, почему он умеет (*что ему помогает*) или не умеет (*может ли научиться*) это делать, и вернуть мяч ведущему. Например: «Я умею бегать, потому что у меня есть ноги», «Я не умею летать, потому что у меня нет крыльев».

«Кто я?»

Цель: расширение знания ребёнка о самом себе, своём имени, своей фамилии, **возрасте**.

Материал: зеркало;

Ход игры:

Расскажи, что ты знаешь о себе (имя, **возраст**, рост, цвет и длина волос, цвет глаз, дата рождения, девочка или мальчик).

Расскажи, на кого ты похож: на маму или папу.

Есть ли у тебя признаки, которые присутствуют у какого – либо животного, птицы?