

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №29 «Журавушка»

*Консультация для педагогов
Дидактические игры:
«Прислушайся к своему
организму»
учить детей говорить о своем
самочувствии*



Подготовила:
Тимашева С.З.

Сургут

Каждый ребенок хочет быть сильным, бодрым, энергичным: бегать не уставая, кататься на велосипеде, плавать, играть во дворе, не мучиться головными болями или бесконечными насморками. Поэтому каждый должен думать о своем здоровье, знать свое тело, научиться заботиться о нем. Я считаю, что здоровье ребенка находится в прямой зависимости от имеющихся знаний у него о своем организме, от сформированности осознанного отношения к себе, своему телу.

Формирование у ребенка осознанного отношения к своему здоровью

Привычка к здоровому образу жизни - это главная, основная, жизненно важная привычка; она аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста, в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Поэтому дошкольное учреждение и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. И именно в семье, в детском образовательном учреждении на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить малыша самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

Зачастую у детей отсутствует заинтересованность в занятиях оздоровительного характера. Это связано с тем, что, во-первых, рекомендации по здоровому образу жизни насаждаются детям чаще всего в назидательной категорической форме и не вызывают у них положительных эмоциональных реакций, а во-вторых, сами взрослые редко придерживаются указанных правил в повседневной жизни, и дети хорошо это видят. Кроме того, выполнение необходимых правил здорового образа жизни требует от человека значительных волевых усилий, что крайне затруднительно для ребенка-дошкольника, имеющего недостаточно сформированную эмоционально-волевую сферу.

Чтобы активно влиять на позицию ребенка по отношению к собственному здоровью, нам, воспитателям, необходимо знать, прежде всего, что само состояние здоровья формируется в результате взаимодействия внешних (*природных и социальных*) и внутренних (*наследственность, пол, возраст*) факторов. Выделяется несколько компонентов здоровья:

- Соматическое здоровье - текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития.
- Физическое здоровье - уровень роста и развития органов и систем организма.
- Психическое здоровье - состояние психической сферы, основу которой составляет состояние общего душевного комфорта.
- Нравственное здоровье, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения человека в обществе.

От чего же зависит здоровье ребенка?

По словам Б. Н. Чумакова, купить здоровье нельзя, его можно только заработать собственными постоянными усилиями. Но, для того, чтобы сохранить здоровье ребенка, необходимо объединить усилия всех взрослых, окружающих его (родителей, воспитателей, врачей, учителей и др., с целью создания вокруг него атмосферы наполненной потребностями, традициями и привычками здорового образа жизни). Таким образом, с ранних лет формируется определенная культура поведения и соответствующий стиль жизни. Знания, умения и навыки характера, заложенные в детском возрасте, станут прочным фундаментом для создания положительной мотивации к охране собственного здоровья во взрослой жизни.

Дошкольный период является наиболее благоприятным для формирования здорового образа жизни. Осознание ребенком своего «Я», правильное отношение к миру, окружающим людям - все это зависит от того насколько добросовестно, с любовью, грамотно воспитатель строит свою работу.

Педагогическая задача состоит в том, чтобы не задавить ребенка потоком пока еще неосознанной информации, а дать возможность поразмышлять, подумать, прислушаться к своему организму.

Здоровый образ жизни - это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, дети могут оказаться в неожиданных ситуациях на улице и дома, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности. Все, чему мы учим детей, они должны применять в реальной жизни.

Особое внимание следует уделять следующим компонентам ЗОЖ:

- Занятия физкультурой, прогулки;
- Рациональное питание, соблюдение правил личной гигиены: закаливание, создание условий для полноценного сна;
- Дружелюбное отношение друг к другу, развитие умения слушать и говорить, умения отличать ложь от правды;
- Бережное отношение к окружающей среде, к природе;
- Медицинское воспитание, своевременное посещение врача, выполнение различных рекомендаций;
- Формирование понятия «не вреди себе сам»

Отношение ребенка к своему здоровью является фундаментом, на котором можно будет выстроить здание потребности в здоровом образе жизни. Оно зарождается и развивается в процессе осознания ребенком себя как человека и личности. Отношение ребенка к здоровью напрямую зависит от сформированности в его сознании этого понятия.

В среднем дошкольном возрасте у детей формируется представление о здоровье как «не болезни». Они рассказывают о том, как болели, у них проявляется негативное отношение к болезни на основании своего опыта. Но что, значит, быть здоровым и чувствовать себя здоровым, они объяснить еще не могут. Отсюда и отношение к здоровью, как к чему-то абстрактному. В их понимании быть здоровым - значит не болеть. На вопрос, что нужно делать, чтобы не болеть, многие дети отвечают: нужно не простужаться, не есть на улице мороженого, не мочить ноги и т. д. Из этих ответов следует, что в среднем дошкольном возрасте дети начинают осознавать угрозы здоровью со стороны внешней среды (холодно, дождь, сквозняк, а также своих собственных действиях - есть мороженое, мочить ноги и т. д.).

Изучение возрастной динамики развития силы показало, что в период с 4 до 7 лет происходит значительное увеличение мышечной массы и соответственно, но увеличиваются сократительные способности, сила и работоспособность мышц, поэтому, упражнения для мышц плечевого пояса и тазобедренных суставов ребенок 5-7-летнего возраста может выполнять ежедневно от 20 до 30 раз, а для мышц туловища - от 40 до 60 раз, отдельными сериями по 6-8 или 12-16 раз. Большой объем выполняемой работы вызывает заметные сдвиги в обмене веществ, в работе функциональных систем организма, расширяя механизмы адаптации не только к физической нагрузке, но и к действию различных

факторов внешней среды, способствует повышению общей работоспособности.

Часто дети затрудняются рассказать о том, что болит, что они чувствуют, переживают, не умеют объяснить причину своего недомогания. А в игре они учатся обращаться к взрослым при возникновении ощущения плохого самочувствия и правильно рассказать о том, что их беспокоит. Необходимо заострять внимание детей на том, почему необходимо своевременно обращаться к врачу и не бояться этих визитов. Предлагаю игры, которые помогут научить детей прислушиваться к своему организму.

Дидактические игры по формированию здорового образа жизни для детей

Тема: «Ребенок и здоровье»

Мой день

Цель: 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: Располагать карточки надо 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.

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).

Утро начинается...

Дидактическая задача: приучать детей к выполнению режима дня, закреплять виды деятельности, проводимые в разное время суток.

Игровые правила: Нужно называть виды деятельности, проводимые утром, днем, вечером, ночью.

Игровые действия: выбор картинок и называние видов деятельности, соответствующие утру, дню, вечеру и ночи.

Ход игры: Воспитатель предлагает детям выбрать картинку времени суток и назвать к ней соответствующие виды деятельности, которые необходимо проводить в это время суток и расположить карточки в той последовательности, в которой они должны выполняться. Количество игроков 8-10 человек.

Эта игра может проводиться как часть занятия по познавательному развитию, так и в свободной деятельности детей, как самостоятельная игра.

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 нам 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 одеть, сейчас зима и на улице холодно (различные ситуации).

Дети «одевают» куклу и объясняют свой выбор.

Где живет витаминка?

Дидактическая задача: знакомить детей с видами витаминов и их источником.

Игровые правила: Нужно выбрать картинку, и назвать какие витамины находятся в данном фрукте или овоще.

Игровые действия: выбор карточек и соотнесение их с изображением овоща или фрукта.

Ход игры: Воспитатель предлагает детям разделиться на две 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.

Что такое хорошо, что такое плохо

Цель: познакомить детей с правилами личной гигиены и правильным, бережным отношением к своему здоровью; развивать у детей речь, внимание, память.

Материал: поля, разделённые на квадраты, в центре поля негативная и позитивная картинка, картинки с различными ситуациями.

Ход игры: 1-ый вариант детям раздаются поля, в центре поля изображена негативная или позитивная картинка. Детям предлагается поиграть в лото, показывая и сопровождая свои действия объяснениями - «что такое хорошо и что такое плохо»

2-ой вариант. Показ картинок можно сопровождать двигательной активностью детей. Например, на позитивные картинке дети реагируют прыжками, а при показе негативной картинке садятся на пол.

Что любит сердце?

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

Игровые правила: Нужно называть вид продукта или вид деятельности полезный для сердца.

Игровые действия: называние слов и соединение частей сердца в целое.

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. Количество игроков 8-10 человек.

Эта игра может проводиться как часть занятия по познавательному развитию, так и в свободной деятельности детей, как самостоятельная игра.

Азбука здоровья

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

Материал: иллюстрации

Ход игры: играют от 1 до ... человек. Воспитатель называет правило, а ребёнок находит карточку - иллюстрацию этого правила. Или воспитатель показывает карточку, ребёнок говорит, что нужно делать в данной ситуации.

Часы здоровья

Дидактическая задача: закреплять знания у детей о вредных и полезных продуктах питания и видах деятельности.

Игровые правила: Нужно прокрутить стрелки на «часах здоровья» и определить полезность или вредность изображения.

Игровые действия: определение полезности или вредности изображения на картинке.

Ход игры: 1 вариант. 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. Количество игроков 8-10 человек.

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

Эта игра может проводиться как часть занятия по познавательному развитию, так и в свободной деятельности детей, как самостоятельная игра.

Дерево здоровья

Дидактическая задача: закреплять знания у детей о вредных и полезных продуктах питания.

Игровые правила: Нужно распределить картинки на листочках по соответствующим деревьям.

Игровые действия: определение полезности или вредности изображения на картинке.

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. Количество игроков 8-10 человек.

Эта игра может проводиться как часть занятия по познавательному развитию, так и в свободной деятельности детей, как самостоятельная игра.

Здоровье с комнатными растениями

Дидактическая задача: закреплять знания у детей о комнатных растениях, их названиях и полезных свойствах.

Игровые правила: Нужно выбрать из ряда картинок картинку с изображением комнатных растений, назвать их и перечислить его полезные свойства.

Игровые действия: называние растения и определение его полезности.

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. Количество игроков 8-10 человек.

Эта игра может проводиться как часть занятия по познавательному развитию, так и в свободной деятельности детей, как самостоятельная игра.

Наши помощники - растения

Цель: закрепить представления о том, как помочь себе и другим оставаться всегда здоровыми.

Оборудование: предметные картинки с изображением лекарственных растений.

Ход игры: Игра проводится по принципу лото, у детей карты с изображением лекарственных растений. Воспитатель показывает картинки с аналогичными рисунками. Ребёнок, у которого есть это растение, рассказывает о его использовании для лечения. Если правильно, получает картинку. Выигрывает тот, кто первым закроет свою карту.

Будь здоров

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

Игровые правила: Нужно выбрать по очереди картинку с изображением продукта питания и вида деятельности и соотнести их между собой.

Игровые действия: соотнесение продукта питания с видом деятельности.

Ход игры: Воспитатель предлагает детям выбрать, например, картинку с изображением моркови и спортсмена и соотнести их между собой: спортсмен для питания выбирает полезные овощи и т.д. Количество игроков 8-10 человек.

Эта игра может проводиться как часть занятия по познавательному развитию, так и в свободной деятельности детей, как самостоятельная игра.

Здоровье и цвет

Дидактическая задача: учить создавать определенный настрой на определенный вид деятельности с помощью цвета.

Игровые правила: Нужно соотносить определенный цвет с определенным видом деятельности.

Игровые действия: соотнесение цвета с соответствующим видом деятельности.

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);

Эта игра может проводиться как часть занятия по познавательному развитию, так и в свободной деятельности детей, как самостоятельная игра.

Путешествие в страну здоровья

Цель: закрепить у детей представления о том, как помочь себе и другим оставаться всегда здоровыми.

Оборудование: игровое поле с наклеенными иллюстрациями; кубик, цветные фишки или пуговицы.

Ход игры: Играющие по очереди бросают кубик, на гранях которого изображены от 1 до 3 кружков, и передвигают свою фишку вперед настолько ходов, сколько кружков выпало на кубике. Если фишка оказалась на красном кружке, то ребенок, прежде чем сделать следующий ход, должен ответить, как вести себя при насморке, кашле, высокой температуре, зубной боли. При неверном ответе ребенок пропускает ход, при правильном делает следующий. Когда фишка оказывается на зеленом кружке, играющий рассказывает, чем полезны для человека движения, режим дня, витамины, водные процедуры. При неверном ответе ребенок пропускает ход, при правильном переставляет фишку на три хода вперед. Побеждает тот, кто первым доберется в страну здоровья.

Подбери предметы

Цель: Воспитывать способность группировать предметы; закреплять знания о разных предметах полезных для здоровья; формировать заботливое отношение к здоровью.

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

Ежики

Дидактическая задача: развивать мелкую моторику пальцев рук, внимание, дикцию, нормализация дыхания.

Игровые правила: повторять движения за ведущим и по содержанию стиха.

Игровые действия: соотнесение движения с содержанием стихотворения, нормализация дыхания

Ход игры: «Прибежали, прибежали ежики, ежики.

Наточили, наточили ножики, ножики.

Прискакали, прискакали зайчики, зайчики.

Ну-ка дружно, ну-ка вместе, девочки – мальчики!» (Дети!).

Как вырасти здоровым

Цель: Упражнять в правильном использовании обобщающих слов; Воспитывать сообразительность, быстроты реакции.

Ход игры: Играют четверо детей. У каждого 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 со взрослыми,

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

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.

Тема: «Полезные продукты»

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 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).

Полезные и вредные продукты

Цель: систематизировать представления детей о вредных и полезных продуктах, упражнять в умении их дифференцировать, формировать потребность заботиться о своём здоровье

Материал: картинки с изображением различных продуктов, два обруча

Ход игры: для того чтобы быть здоровым, нужно правильно питаться. Сейчас мы узнаем, известно ли вам, какие продукты полезны.

Воспитатель предлагает детям картинки по двум обручам. В один обруч дети отбирают полезные продукты и объясняют свой выбор, во второй - продукты, которые вредны для здоровья.

Назови правильно

Цель: уточнить знания детей об овощах и фруктах, их качества (цвет, форма, вкус, запах), закреплять умение узнавать их по картинке и давать краткое описание.

Материал: картинки с изображением овощей, фруктов

Ход игры: воспитатель предлагает ребёнку выбрать картинку с овощем, фруктом и описать его.

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

Если дети затрудняются ответить, воспитатель задаёт наводящие вопросы: какой формы? Какого цвета? Какой на вкус? Какой по запаху?

Этикет - школа изящных манер

Цель: научит ребёнка правилам поведения за столом; рассказывать, какие блюда и продукты едят при помощи столовых приборов; учить обращаться со столовыми приборами.

Оборудование: предметные картинки.

Ход игры: Умение вести себя за столом, правильно обращаться со столовыми приборами характеризует уровень воспитанности и культуры поведения человека. Вот правила, которые нужно запомнить.

Ложкой едят все супы и бульоны, каши, а так же десерты (варенье, мороженное, торт, компоты). Вилку используют, когда едят салаты, овощные гарниры, яичницу, макароны, пельмени, изделия из мяса. Вилка и нож нужны, когда вы едите продукты и блюда, которые трудно отделить при помощи вилки: сложные бутерброды, сыры, колбасы, блины, блюда из рыбы и мяса. Руками можно брать маленькие бутерброды, пирожки, булочки, виноград, вишню, печенье, конфеты.

Полезная и вредная еда

Цель: 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, морковь, 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.

Полезное - вредное

Цель: выявление знаний о полезной и вредной пище.

Материал: муляжи овощей, фруктов, сладости, молочные продукты и т.д.

Ход игры: Форма проведения: в виде соревнований.

Пищевое лото

Цель: 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. Витамины: морковь, лук, арбуз, смородина, малина, шиповник, огурец, яблоко. Белки: молоко, кефир, яйца, грибы, орехи, мясо, крупы, рыба. 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)

Что полезно для зубов, что не полезно

Цель: закрепить представления детей о том, какие продукты полезные, а какие вредные для зубов.

Ход игры: ребёнок раскладывает картинки с изображением полезных и вредных продуктов для зубов.

Тема: «Личная гигиена»

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.

Таня простудилась

Цель: способствовать формированию навыка пользования носовым платком, закреплять знание о том, что при чихании и кашле нужно прикрывать рот носовым платком, а если кто-то находится рядом, отворачиваться

Материал: носовой платок

Ход игры: воспитатель спрашивает: зачем людям нужен носовой платок?

И затем предлагает детям различные ситуации, которые проигрываются вместе с малышами:

- Что нужно сделать, если ты хочешь чихнуть? И т.д.

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: 1 вариант: 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.

2 вариант: С помощью считалки выбирается водящий, он выходит из группы. Воспитатель с детьми договаривается, кто и что будет изображать. Затем водящего приглашают, дети по очереди показывают навыки гигиены при помощи жестов и мимики. Ведущий должен отгадать, что показывают дети: умывание, чистку зубов, обтирание, причёсывание, купание.

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 прически

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.

К нам пришел Незнайка

Цель: 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

Цель: соотносить предметы на картинках, с действиям; 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.

Тема: «Тело человека»

Угадай по запаху

Цель: формировать представления о помощнике человека (нос), развивать навыки исследования предметов с помощью соответствующего органа чувств

Материал: баночки с различными запахами (ваниль, апельсин, мыло...)

Ход игры: воспитатель предлагает детям понюхать баночки с различными запахами и спрашивает:

- Что помогло вам почувствовать этот запах?
- Где можно почувствовать такой запах?

Игра с микрофоном

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

Материал: 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

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

Материал: 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 ...).

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.

Посылка от обезьянки

Цель: 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.

Материал: 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.

Угадай по звуку

Цель: формировать представления о помощнике человека (уши), развивать навыки исследования предметов с помощью соответствующего органа чувств

Материал: музыкальные инструменты

Ход игры: воспитатель за ширмой издаёт звуки на различных музыкальных инструментах, дети угадывают их
- Что помогло вам услышать разные звуки.

Умею - не умею

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

Оборудование: мяч.

Ход игры: 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?

Цель: тренировать органы слуха и активизировать внимание и слуховую память детей.

Ход игры: 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

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

Оборудование: пуговицы, кубики, яблоко, карандаши, мелкие предметы.

Ход игры: 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.

Весёлый человек

Цель: развивать воображение, складывать фигуру (или лицо) человека из отдельных частей.

Оборудование: детали частей тела человека разного размера в разной одежде, детали и части головы.

Ход игры: Воспитатель предлагает ребёнку несколько комплектов деталей изображения человека, по своему усмотрению ребёнок подбирает детали одного комплекта и складывает изображение или из деталей разного комплекта собирает шуточного, карикатурного человека.

Что ты знаешь

Цель: 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.

Путешествие хлебного комочка

Цель: 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.

Сложи картинку

Цель: Учить детей из частей составлять целое. Развивать воображение.

Ход игры: Ребятам предлагают сложить картинку из частей. На каждой картинке изображены предметы, способствующие здоровому образу жизни. Например: кроссовки, мяч, гантели; полотенце, зубная щетка и паста.

(Можно использовать цветные фотографии).

Что изменилось?

Цель: Воспитывать наблюдательность, развивать память.

Ход игры: Детям представляют 5 - 6 предметов (картинок) с изображением спортивного инвентаря (овощей, фруктов, лекарственных растений, предметов личной гигиены и т. д.) и предлагают назвать их. Затем ребятам предлагают закрыть глаза, в это время педагог убирает одну картинку, оставшиеся картинки меняет местами. Дети должны сказать, что изменилось.

Почини спортивную форму

Цель: Развивать зрительное восприятие, память. Учить детей практически применять полученные ранее знания, сравнивать по цвету, используя промежуточное средство.

Ход игры: Детям предлагают «починить» спортивную форму с несложным узором (футболки, шорты, носки). Для этого необходимо выбрать нужную «заплатку» среди предложенных.

Что сначала, что потом

Цель: Учить детей располагать картинки в порядке развития сюжета, пользуясь вспомогательным средством. Учить составлять небольшие рассказы.

Ход игры: Детям предлагают несколько картинок, связанных одним сюжетом, разложить в порядке произошедших событий и составить по ним рассказ. Например: мальчик лежит в постели, делает зарядку, умывается, вытирается полотенцем; девочка моет руки, обедает, играет с куклой.

Лабиринты

Цель: Учить детей ориентироваться на листе бумаги.

Ход игры: Ребёнку предъявляют изображения лабиринтов, «пройдя» по которым можно выполнять действия, способствующие здоровому образу жизни.

«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.»

Тема: «Ребенок на улицах города»

О чем говорит светофор

Цель: закреплять знания о значении цветов светофора и правила поведения на улице.

Материал: цветные картонные кружки (красные, жёлтые и зелёные), макет светофора.

Ход игры: воспитатель раздаёт детям кружки красного, жёлтого и зелёного цвета. Последовательно «переключают» светофор, а дети показывают соответствующие кружки и объясняют, что означает каждый сигнал. Выигрывает тот, кто правильно покажет все кружки и расскажет о назначении цветов.

Тема: «Врачи - наши помощники»

Если кто-то заболел

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

Материал: телефон

Ход игры: 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.

Скорая помощь

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

Оборудование: картинки с изображением медицинских принадлежностей (термометр, бинт, зеленка).

Ход игры: Воспитатель обыгрывает с детьми ситуацию, когда человек порезал руку, ногу, разбил колено, локоть, затемпературил, когда заболело горло, попала соринка в глаз, пошла носом кровь. По каждой ситуации отбатывать последовательность действий.

Тема: «Опасные предметы»

Источники опасности

Цель: закрепить знания о предметах, которые могут быть объектами возникновения опасности, формировать умения выбирать картинки предметов по описанной ситуации, воспитывать чувство товарищества

Правила: не толкаться, не отбирать предметы друг у друга.

Материал: макет или игровой уголок с предметами домашнего обихода, призы (фишки или картинки)

Ход игры: воспитатель отворачивается, а дети за это время должны взять на макете или в игровом уголке те предметы, которые, по их мнению, могут быть опасны. Затем каждый объясняет свой выбор. Ответы поощряются призами.

Игра - дело серьёзное

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

Материал: картинки с изображением различных предметов (опасных и неопасных), два обруча

Ход игры: Воспитатель предлагает детям 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

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

Материал: картинки с изображением детей 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 ребёнком, что он сделал неправильно, что теперь делать ребёнку.

Мы - спасатели

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

Материал: 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 изображением опасной ситуации, ребёнок рассматривает её и из всех карточек с изображением действий выбирает две правильные, последовательно раскладывает их.

Что мы знаем о вещах

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

Материал: 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 обращения с ними.

Так или не так

Цель: формировать умение детей отличать опасные для жизни ситуации от неопасных; развивать внимание; воспитывать желание соблюдать правила безопасности.

Материал: 2 карточки - с красным и с зелёным кружком, картинки с изображением опасных и безопасных действий детей;

Правила: под красную карточку (кружок) положить картинки с изображением опасных для жизни ребёнка ситуаций, под зелёную - неопасных (разрешённых).

Ход игры: Варианты: индивидуально с воспитателем; несколько детей по очереди, объясняя свой выбор.

Найди опасные предметы

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

Оборудование: нож, ножницы, иглолка, 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 по картинке

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

Цель: 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 (красного, 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, не подсказывать и не пользоваться подсказками.

Тема: «Опасности вокруг нас»

На прогулке

Цель: закреплять знания о правильном поведении и общении с животными, соотносить изображённое на картинках с правильными и неправильными

действиями при встрече с животными

Материал: иллюстрации, 2 обруча

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

Или в один обруч положить картинки с изображением правильных действий при встрече с животными, а в другой – неправильными действиями.

Что где растёт

Цель: закрепить знания о том, где растут лекарственные растения

Материал: мяч

Ход игры: воспитатель бросает мяч каждому ребёнку, задавая вопрос:

- Где растёт подорожник? (Ребёнок отвечает и бросает мяч обратно)
- Где растёт ромашка? и т.д.

Определи растение по запаху

Цель: упражнять детей в определении по запаху листьев мяты, цветков, ромашки, черёмухи.

Материал: листьев мяты, цветков, ромашки, черёмухи.

Ход игры: воспитатель предлагает детям понюхать листья мяты (цветки ромашки, черёмухи)

- Что помогло вам почувствовать этот запах?
- Где можно почувствовать такой запах?

По грибы

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

Материал: картинки или муляжи съедобных и несъедобных грибов

Ход игры: картинки или муляжи разложить в разных местах. Детям предлагается собрать в корзинку съедобные грибы.

Если сделаю так

Цель: 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, звёздочкой.

Что такое хорошо, что такое плохо

Цель: учить детей составлять фразы по иллюстрациям, оценивать поступки человека, воспитывать бережное отношение к окружающему (своему дому, двору, детскому саду) и своему здоровью.

Ход игры: 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.

Если малыш поранился

Цель: познакомить детей с элементарными приёмами оказания первой медицинской помощи, ведь это зачастую может спасти его здоровье и жизнь.

Материал: карточки с наиболее встречающимися бытовыми травмами, карты со способами оказания помощи

Ход игры: Воспитатель предлагает детям выбрать карточки для оказания первой медицинской помощи при резаной ране и последовательно их выложить (промыть рану, наложить стерильную повязку, вызвать врача)

Тема: «Спорт»

Спорт - наш друг

Цель: формирование у детей дошкольного возраста элементарных знаний и представлений о сохранении и укреплении собственного здоровья. Развитие физических, личностных и интеллектуальных качеств каждого ребёнка.

Ход игры: Данный методический материал рассчитан для педагогов и родителей, которые заботятся о здоровье своих детей. А так же для ребятшек – девчонок и мальчишек, которые хотят быть сильными, красивыми и здоровыми.

Первоначально оформляем демонстрационный материал «Спорт» (используя детские книжки, раскраски, журналы). Ребёнок рассматривает дидактический материал, где изображены различные виды спорта

Затем воспитатель предлагает ребёнку найти из многообразных чёрно – белых изображений такое, какое он видит на цветной иллюстрации и разукрасить его.

При этом закрепляются знания ребёнка, развивается мелкая моторика пальцев рук, фантазия, зрительная память, наблюдательность.

Найди и назови!

Цель: закреплять знания детей о видах спорта и умение их различать, спортивных атрибутах. Развивать зрительное внимание, логическое мышление, расширять словарный запас.

Ход игры: ребёнок, подбирает нужные для данного вида спорта предметы, называет вид спорта и предметы.

Спортивная мозаика

Цель: закреплять знания детей о видах спорта

Ход игры: Индивидуальная игра: предложите ребенку из всех картинок выбрать только те, на которых изображены спортивные игры, или спортивная гимнастика, или художественная гимнастика, или легкая атлетика. Или разделить все картинки сразу на четыре группы, в зависимости от уровня развития детей.

Групповая игра: в игре участвуют четыре игрока, которые получают задание, собрать картинки определенного вида.

Кому это принадлежит?

Цель: закреплять знания детей о видах спорта и о спортивных принадлежностях.

Ход игры: *Вариант игры:* Ребенку предлагается составить пары картинок, найти для каждого предмета спортивного инвентаря подходящего спортсмена и назвать спортивный инвентарь и спортсмена или вид спорта.

В данной игре можно использовать стихи и загадки:

Он играет на коньках Клюшку держит он в руках. Шайбу он той клюшкой бьет. Кто спортсмена назовет? (Хоккеист)	Вокруг глубокий снег лежит, А он легко поверх бежит. Лишь с колеи сойти нельзя, Кто мчится к финишу, скользя? (Лыжник)
Утро зимнее, погожее – солнце льётся на каток. Я здесь больше не прохожая - я ледовых дел знаток! (Фигуристка)	Что же за игра такая? Мячик весело веду, И в кольцо его бросаю, Вверх взлетая на ходу. Да. Хороший я игрок! Это мне мой рост помог! (Баскетболист)
Не ракету, а ракетку Я держу своей рукой. Раз – и мяч летит за сетку Раз еще! - и сет за мной. (Теннисист)	Зеленый луг, сто скамеек вокруг От ворот до ворот Бойко бегают народ. (Футболисты)

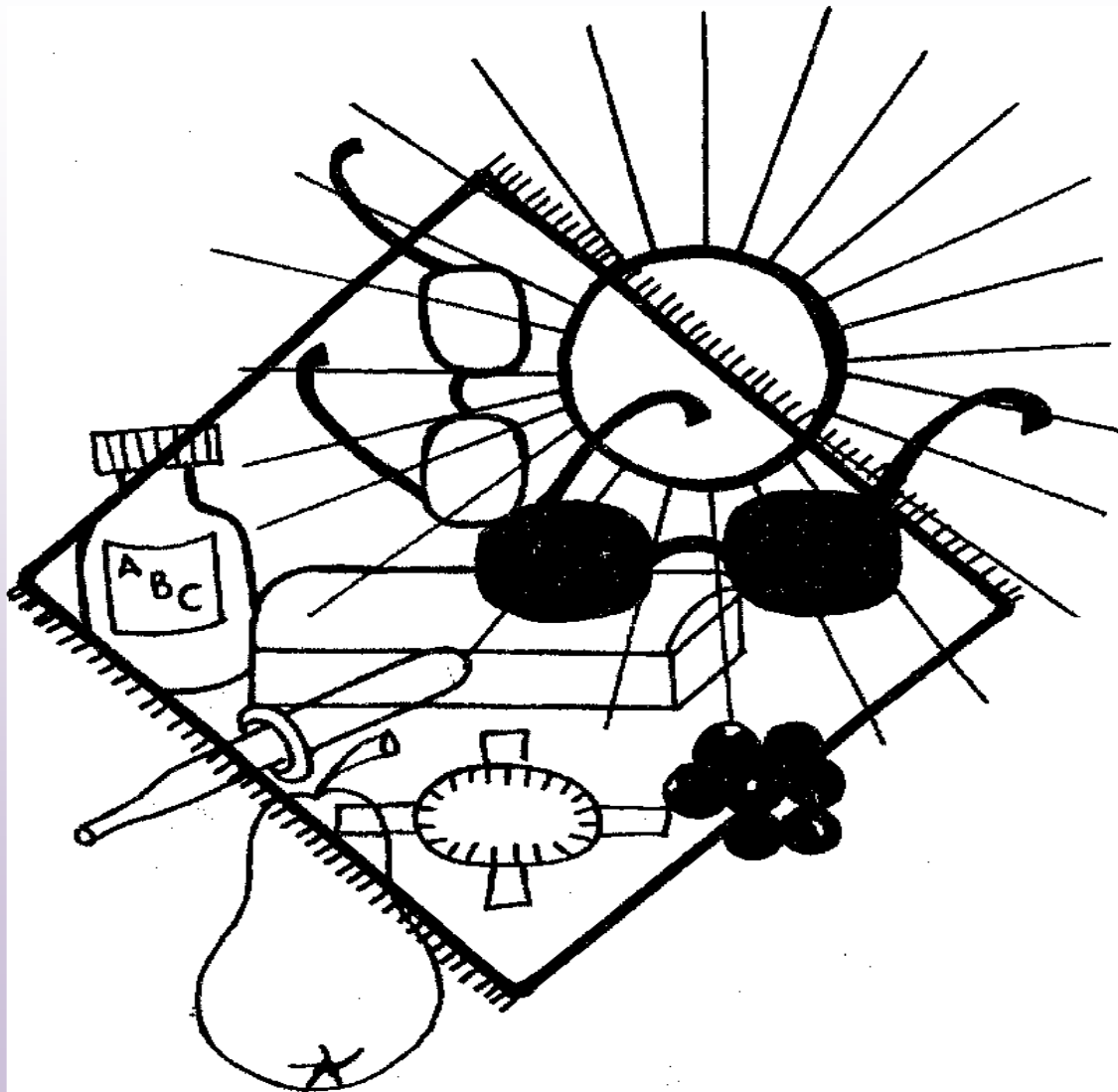
Назови зимний вид спорта

Цель: развитие интереса к событиям спортивной жизни, знакомство с различными видами спорта, спортивными снарядами и инвентарем, расширение кругозора детей, развитие внимания, памяти, мышления.

Ход игры: Вариант I: Ребёнок берет карточку с текстом, читает название вида спорта и подбирает соответствующую картинку - пиктограмму, если ребенок не умеет читать, то название вида спорта читает взрослый, а ребенок ищет картинку.

Вариант II: Детям раздаются карточки с пиктограммами, ведущий (взрослый или ребенок) читает название вида спорта, а дети ищут соответствующую пиктограмму среди своих карточек.

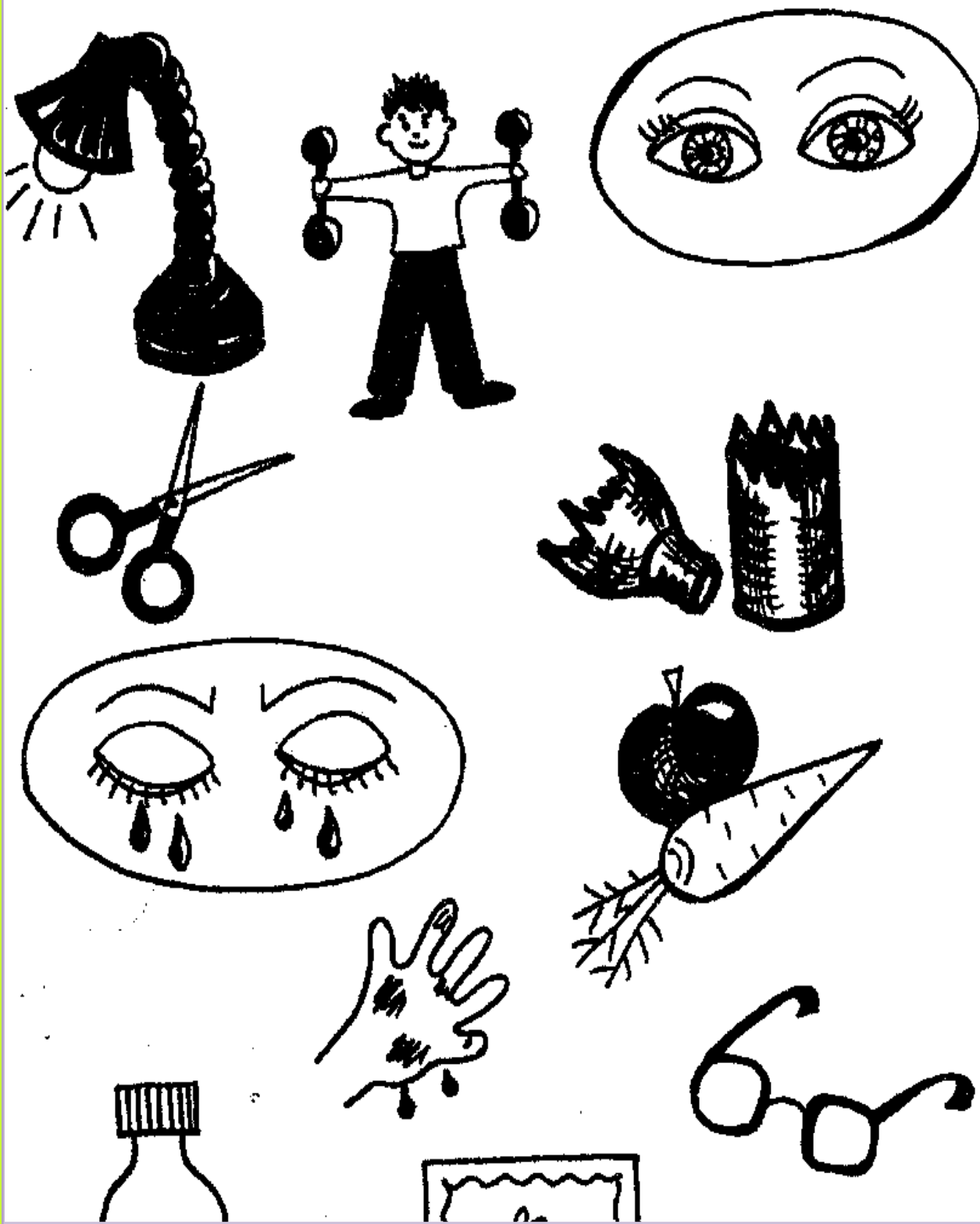
НАЙДИ ЧТО СПРЯТАНО.



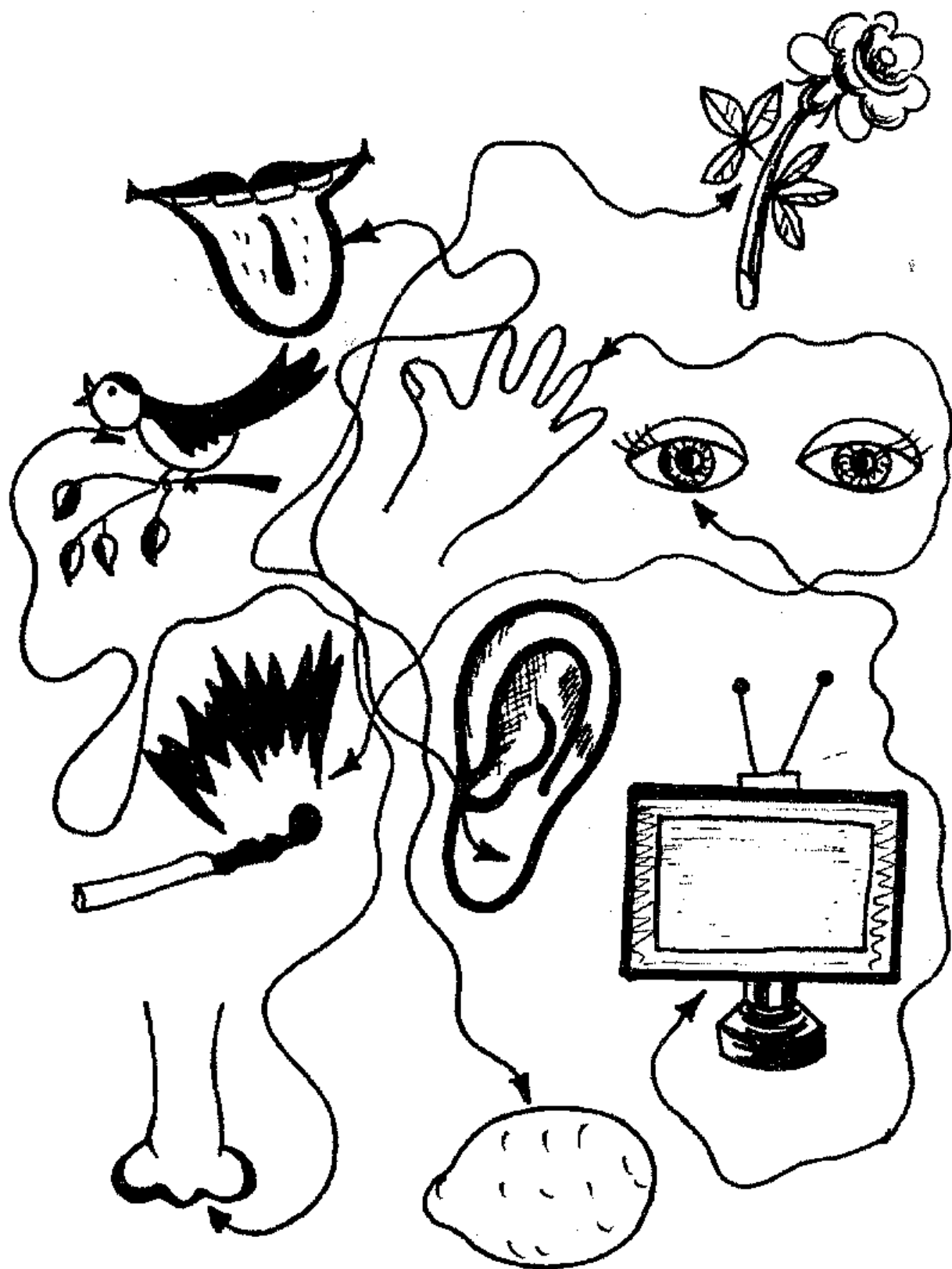
ЗАКРОЙ КРУЖОЧКОМ ТО, ЧТО ВРЕДИТ ЗДОРОВЬЮ.



Закрой кружочком тот предмет, который опасен для зрения. Назови то, что полезно для глаз.



Лабиринт.



Чтобы глазки не болели

Цель: Формировать знания об органах зрения.

Воспитатель читает правила и показывает карточки-модели. Тогда запоминайте, за мною повторяйте, и пальчики загибайте.

Чтобы глазки не болели,

Веселей всегда смотрели,

Надо глазки утром мыть, *(это раз)*

Вымыть на ночь, не забыть! *(это два)*

Меньше мультиков смотреть! *(это три)*

Кулаками не тереть, *(четыре)*

Палкой длинной не махать! *(это пять)*

Дети рассматривают картинки, повторяя каждое правило, объясняя, почему это можно или нельзя делать.

Азбука настроения

Цель: формировать умение определять эмоциональное состояние человека по мимике и жестам.

Воспитатель читает стихотворение:

Бывают чувства у людей

У взрослых и, конечно же, детей.

Влияет, без сомнения,

На всех нас настроение.

Кто веселится?

Кто грустит?

Кто испугался?

Кто сердит?

Рассеет все сомнения

Азбука настроения!

Затем предлагает поиграть в игру с карточками. Каждому ребёнку дается конверт с изображением людей, выражающих настроение.

Для этого воспитатель просит каждого ребенка найти среди карточек вначале всех веселых людей, потом всех недовольных и т. д. Пусть ребенок внимательно рассмотрит всех персонажей, выражающих определенную эмоцию. Затем нужно предложить ему изобразить на своём лице сходное настроение, разрешая подсматривать на соответствующие картинки. Если в игре участвуют несколько детей, то они выполняют это задание по очереди. Выигрывает тот, кто сделает задание лучше всех. Если же все дети испытывают затруднения, то в эту игру включается воспитатель и демонстрирует настроение сам.

Когда дети научатся воспроизводить настроение с помощью зрительной подсказки, можно пытаться выполнять то же задание без картинки, только по словесному названию настроения.

Мы закаляемся

Цель: Закреплять знания о предметах, которые помогают нам закаляться.

Материал: Карточки с изображением предметов, необходимых для закаливания (*инвентарь*).

Дети по очереди берут карточки с изображением предметов для закаливания и называют, к какому виду закаливания он относится.

Витаминное лото

Цель: Закреплять знания о витаминах и содержании их в продуктах.

Материал: Большие карточки (3 штуки) и 32 маленькие карточки с изображением овощей и фруктов.

Воспитатель называет на большой карточке витамины, а дети выбирают предметные картинки с изображением продуктов, в которых есть этот витамин и кладут их к соответствующему витамину.

Видим, слышим, ощущаем

Цель: Закрепить знания о пяти органах чувств.

1 вариант: разложить картинки – схемы, а предметные картинки подобрать соответственно им (*как можно почувствовать предмет*).

2 вариант: каждую предметную картинку прикладывать к схемам и делать обоснованный выбор.

Опасно - не опасно

Цель: Учить детей отличать опасные для жизни ситуации, грозящие их здоровью и здоровью окружающих, от неопасных.

Игровая задача:

Правильно разложить дидактические картинки.

Демонстрационный материал: набор дидактических картинок с изображением опасных и неопасных для жизни и здоровья ситуаций, карточек с зеленым и красным цветом.

Ребята внимательно рассматривают дидактические картинки, которые показывает воспитатель, затем поднимают красную карточку, если есть угроза для жизни и здоровья; зеленую - если опасности нет. При этом в каждом случае объясняют свое решение.

Воспитатель предлагает детям самостоятельно поработать с дидактическими картинками; под красную карточку надо положить картинки с изображением опасных для жизни ситуаций, под зеленую – с изображением неопасных ситуаций.

Угадай вид спорта

Цель: Закреплять знания детей о разных видах спорта, о здоровом образе жизни.

Материал: Карточки с изображением атрибутов к каждому виду спорта.

Ведущий раздает детям карточки с изображением различных видов спорта. Задача ребенка – подобрать карточки с соответствующими атрибутами к данному виду спорта

Полезные и вредные привычки

Цель: учить различать полезные привычки от вредных.

Отгадай, какие привычки полезные, а какие вредные.

- Разбросал я книги, вещи (*вредная привычка*)
- Мою грязную посуду (*полезная привычка*)
- Вымыть пол я не забыл (*полезная привычка*)
- Пылесосом всё убрал, (*полезная привычка*)
- Вытер пыль я (*полезная привычка*)
- Ногти грызть люблю (*вредная привычка*)
- С мылом чисто я умылся (*полезная привычка*)
- У меня опрятный вид (*полезная привычка*)

Моя гигиена

Цель: познакомить с навыками гигиены.

С помощью считалки выбирается водящий, он выходит из группы. Воспитатель с детьми договаривается, кто и что будет изображать. Затем водящего приглашают, дети по очереди показывают навыки гигиены при помощи жестов и мимики. Ведущий должен отгадать, что показывают дети: умывание, чистку зубов, обтирание, причёсывание, купание.

Как устроен человек

Цель: закрепить названия частей тела человека, определить их местонахождение.

К модели картонного человечка подбирают 9 карточек с названиями основных частей тела (голова, шея, плечо, предплечье, кисть, туловище, бедро, голень, ступня). Нужно прочитав название на карточке и определить на модели часть тела.