



 **Тема: «Ребенок и здоровье»**

**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 утром, 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.

**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?».

*Вариант2.* «Продолжи ряд». Воспитатель начинает выкладывать последовательность, а ребёнок продолжает.

*Вариант3.* «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**

***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.

**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.

**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 картинки 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.

**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:***картинкис 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.

**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, 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.

**Тема: «Личная гигиена»**

**Вымоем куклу**

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

***Материал:***различные предметы и предметы личной гигиеныдля 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, закреплятьзнание 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 нуженносовой платок?

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

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

**Подбери картинки**

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

***Материал:***картинки различных предметов, картинки с изображением предметовличнойгигиены

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

**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.

***Ход игры*: (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.

**Сделаем куклам разные прически**

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

***Материал:***куклы, расчёски, заколки.

***Ход игры*:**воспитательпредлагает детям причесать кукол.

**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 отрабатывать последовательность действии.

**Тема: «Опасности вокруг нас»**

**На прогулке**

***Цель:***закреплять знания о правильном поведении и общении с животными, соотносить изображенное 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 сизображениемправильных 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?

**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)

**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, звездочкой.

**«Магазин продуктов»**

*Цель:* Закреплять названия продуктов, их обобщающие понятия (молочные, мясные, рыбные, хлебобулочные). Воспитывать культуру общения.

*Игровые действия*: Воспитатель с детьми организует ситуацию продуктового магазина. Дети продумывают, какие продукты они хотели бы купить и почему. В порядке очереди покупатели приобретают продукты для себя и своей семьи, объясняя свой выбор.

*Материал*: ширма-витрина, муляжи или дидактические картинки продуктов (молочные, мясные, хлебобулочные, рыбные). Самодельные бумажные денежки, сумочки.

Четыре картинки: молоко, рыба, мясо, мука.

 **«Письмо от Почемучки»**

*Цель:* закрепить представления детей о строении и деятельности организма, отдельных органов. Вызвать желание давать советы по ЗОЖ.

*Игровые действия*: Дети по - очереди достают из конверта от Почемучки вопросы (цветные карточки). Воспитатель читает, дети выслушивают вопрос и кратко и ясно на него отвечают.

*Материал:* большой цветной конверт с маркой (на конверте адрес д/с, группы), цветные карточки с вопросами к детям.

**Список литературы**

1. Гуменюк Е. И. Будь здоров! Дидактические игры и игровые задания. –Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2011.

2. Павлова М.А. Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения: модели программ, рекомендации, разработки занятий. /М. А. Павлова, М. В. Лысогорская. – Волгоград: Учитель, 2009.

3. Белостоцкая Е. М. Гигиенические основы воспитания от 3 до 7 лет. М. : Просвещение, 1987. – 140с.

4. Степанова О.А. Развитие игровой деятельности ребенка: Обзор программ дошкольного образования. - М.: ТЦ Сфера, 2009.

5. Галанов А.С. Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников. - Речь-Москва, 2007.

6. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. - Мозаика-Синтез-Москва, 2009.

7. Гусева Т. А., Иванова Т. О. Мы — спортсмены! Настольно-печатные игры для младших дошкольников (3-5 лет); Детство-Пресс-Москва, 2011.

**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 (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.

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.

**«Мой день»**

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

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

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.

**«Растения, которые лечат»**

Цель: закреплять знания о лекарственных растениях (внешний вид, место произрастания) и способах их применения. Расширять представления о пользе лекарственных растений для здоровья человека.

Игровые действия: доктор Пилюлькин открывает аптеку. Рядом на столике разложены картинки с ситуациями: усталое сердце, больной зуб, бородавки, простуда и т.д. Дети выбирают картинку и идут в аптеку за советом к Пилюлькину узнать, какое лекарственное растение может помочь. Доктор рассказывает покупателям о том, как выглядит растение, где произрастает и каким образом его используют (в виде отвара, свежего листа, сока и т.д.)

Материал: кукла доктора Пилюлькина, ширма «Аптека», дидактические картинки с проблемными ситуациями, гербарии лекарственных растений (иллюстрации)