**Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение города Новосибирска «Детский сад № 6 «Остров детства» общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением социально-личностного развития детей»**

****

**Картотека «Дидактические игры для детей дошкольного возраста по формированию здорового образа жизни»**

Автор: Вечирко Наталья Викторовна,

воспитатель первой квалификационной

категории МКДОУ д/с № 6 «Остров детства»

**Дидактические игры для детей дошкольного возраста по формированию здорового образа жизни**

|  |  |
| --- | --- |
| ***№1 Тема: «Ребенок и здоровье»***  **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). | ***№2 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. |

|  |  |
| --- | --- |
| ***№3 Тема: «Ребенок и здоровье»***  **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 очень холодно (различные ситуации).  Дети «одевают» куклу и объясняют свой выбор. | ***№4 Тема: «Ребенок и здоровье»***  **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.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***№6 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 |
| ***№5 Тема: «Ребенок и здоровье»***  **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. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | 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. |
| ***№7 Тема: «Полезные продукты»***  **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?» | ***№8 Тема: «Полезные продукты»***  **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). |
| ***№9 Тема: «Полезные продукты»***  **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, | ***№10 Тема: «Полезные продукты»***  **Узнай на вкус**  ***Цель:*** закреплять знания об овощах и фруктах, умение определять их по вкусу.***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?» |

|  |  |
| --- | --- |
| 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. |  |
| ***№11 Тема: «Полезные продукты»***  **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, фруктоми 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? | ***№12 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. ***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***  ***№14 Тема: «Личная гигиена»***  **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) |
| ***№13 Тема: «Личная гигиена»***  **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. |  |
| ***№15 Тема: «Личная гигиена»***  **Правила гигиены**  ***Цель:*** закреплять культурногигиенические 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. | ***№16 Тема: «Личная гигиена»***  **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. |
| ***№17 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 понюхатьбаночки с различными запахами и спрашивает:  - Что помогло вам почувствовать этот запах?  – Где можно почувствовать такой запах? | ***№18 Тема: «Тело человека»***  **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. |
|  |  |
| ***№19 Тема: «Тело человека»***  **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 ...) | ***№20 Тема: «Тело человека»***  **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 какуюлибо 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. |

|  |  |
| --- | --- |
| ***№21 Тема: «Тело человека»***  **Запомни движение**  ***Цель:***упражнять в умении осознавать, запоминать и воспроизводить показанные движения, развивать зрительномоторную память, внимание.  ***Ход игры*:** воспитатель или ребёнокпоказывает движения. Дети должны их запомнить и воспроизвести. | ***№22 Тема: «Тело человека»***  **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. |
| ***№23 Тема: «Тело человека»***  **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? | ***№24 Тема: «Ребенок на улицах города»***  **Очем 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. |

|  |  |
| --- | --- |
| ***№25 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 | ***№26 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  ***Правило:*** 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. |
| ***№27 Тема: «Опасные предметы»* Игра - дело серьёзное *Цель:*** упражнять детей в выборе безопасных предметов для игр по картинкам,закреплять знания о том, какими предметами можно играть. ***Материал***: картинкис 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.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ***№29 Тема: «Опасные предметы»*** | ***№28 Тема: «Опасные предметы»* Сто бед**  ***Цель*:** закрепить представления об опасныхситуациях в быту, о правильных действиях в конкретных ситуациях; развивать внимание; воспитывать сочувственное отношение к пострадавшему  ***Материал:*** 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.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ***№30 Тема: «Опасные предметы»*** |

|  |  |
| --- | --- |
| **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 изображениемопасной 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 общения с ними. |
| ***№31 Тема: «Опасности вокруг нас»***  **На прогулке**  ***Цель:*** закреплять знания о правильном поведении и общении с животными, соотносить изображенное на картинках с правильными и  неправильнымидействиями 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 | ***№32 Тема: «Опасные предметы»***  **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 изображениемопасных и безопасных действий детей; ***Правила:*** под красную карточку (кружок) положить картинки сизображениемопасных для жизни ребёнка ситуаций, под зелёную – неопасных (разрешённых). ***Варианты:*** индивидуально с воспитателем;  несколько детей по очереди, объясняя свой выбор. |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| ***№33 Тема: «Опасности вокруг нас»***  **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. | ***№34 Тема: «Опасности вокруг нас»***  **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)  o Что помогло вам почувствовать этот запах?  Где можно почувствовать такой запах? |
| ***№35Тема: «Опасности вокруг нас»***  **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) | ***№36 Тема: «Опасности вокруг нас»***  **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. |