

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 9**

**Картотека игр на формирование представлений
о здоровом образе жизни
5-7 лет**

Инструктор по физической культуре:
Н.А.Новоточина

Узловский район
2019

Игра «Чудесный мешочек»

Цель: Закрепить знания детей о предметах личной гигиены, обогатить расширить знания ребенка в вопросах ухода за собой. Научить ребенка узнавать предметы по заданным признакам.

Материал: Небольшой мешочек (непрозрачный, загадки и предметы личной гигиены;

Загадки: 1

Мудрец в нём видел мудреца.

Глупец – глупца, баран - барана.

Овцу в нем видела овца,

А обезьяну – обезьяна.

Но вод подвели Федю Баранова

И Федя увидел неряху лохматого.

(зеркало)

Целых 25 зубов

Для кудрей и хохолков,

И под каждым под зубком

Лягут волосы рядком.

(расчёска)

Вроде ёжика на вид,

Но не просит пищи.

По одежде пробежит,

Она станет чище.

(щётка)

Гладко, душисто,

Моеет чисто,

Нужно, чтоб у каждого было,

Что, ребята?

(мыло)

Ход игры: Педагог загадывает загадку. И предлагает ребенку. «Найди на ощупь, не глядя в мешочек, отгадку и объясни, зачем нужен этот предмет. По очереди задание выполняют все дети.

Игра «Больница»

Цель: Закрепление полученных детьми знаний в игре со сверстниками. Учить отражать в игре работу врача медсестры, отражение действительности. Воспитывать желание помогать людям быть здоровыми, интерес к профессии мед-работника.

Материалы: Сюжетно – ролевая игра «Больница».

Ход игры: Помочь детям распределить роли в игре.

Игра «Советы доктора Айболита»

Цель: Закрепить знания детей об опасных ситуациях, причинах их возникновения и правилах поведения в таких ситуациях.

Материал: Наборы карточек-символов.

Ход игры: Моделирование играющими детьми последовательности их действий в опасных ситуациях. В эту серию входит ситуации: «Обморожение» и «Пожар».

Игра «Лови бросай, предметы гигиены называй»

Цель: Закрепить знания детей о предметах гигиены.

Материал: Мяч.

Ход игры: Дети становятся в круг, воспитатель в центре. По очереди бросает мяч детям. Дети называют предметы гигиены которыми они пользуются и знают.

Игра «Расставь картинки по порядку»

Цель: Закрепить знания детей в правильном уходе за полостью рта и зубами правильной последовательности чистки зубов, воспитывать желание иметь красивые и здоровые зубы.

Материалы: Картинки с изображением чистки зубов, продуктами питания.

Ход игры: Положить перед ребенком картинки. Предложить поставить картинки по порядку и рассказать правила ухода за полостью рта и зубами.

Игра «Витаминные перчатки»

Цель: Закрепить знания у детей о пользе витаминов и их значение для здоровья человека и продуктов в которых содержатся эти витамины.

Материалы: Перчатки с названием витаминов и картинки с ленточками, с изображением продуктов.

Ход игры: Предложить некоторым детям надеть витаминные перчатки, а остальным детям предложить надеть на перчатки те картинки с изображением продуктов в которых есть этот витамин.

Игра Магазин «Полезных продуктов»

Цель: Закрепить у детей знания, что здоровье зависит от правильного питания, еда должна быть не только вкусной, но и полезной, и как полезные продукты влияют на организм человека.

Материал: Сюжетно-ролевая игра «Магазин» различные продукты питания.

Ход игры: В течение игры роль продавца могут выполнять несколько детей по очереди. Игра продолжается до тех пор, пока все играющие не купят продукты.

Игра «Никогда не унывай»

Цель: Научить детей по выражению лица определять настроение человека, формировать умение выражать сочувствие тому, кто в нём нуждается, а также улучшать настроение.

Игровое задание: Улучшить настроение.

Правила игры: Придумывать разные способы улучшения настроения. Справедливо оценивать выдумку.

Материал: Несколько комплектов схематических и реалистических изображений детского лица, выражающего: спокойствие, удивление, радость, огорчение и т. д. Материал лучше подготовить силами детей – цель игры при этом достигается быстрее. (В нашем комплекте материал изготовлен руками детей).

Ход игры: Заинтересуйте детей сообщением о том, что к ним собираются гости, которые прислали свои фотокарточки. Покажите им реалистические картинки. Постарайтесь как можно эмоциональнее разглядывать изображённые на них детские лица, стараясь вызвать адекватную реакцию у учащихся. Предложите им подумать о том, что могло огорчить, удивить, обрадовать гостя.

Затем каждый ребёнок выбирает одного из гостей. Учитель раздаёт детям соответствующие их желаниям схематические изображения. Они должны придумать, как можно утешить огорчённого, ответить на вопрос удивляющегося, порадоваться вместе с улыбающимся. Потом проводится конкурс способов улучшения настроения. При единодушном одобрении способа победитель награждается призом «За хорошее настроение». При повторении игры дети обмениваются изображением гостей. Приз придумайте сами.

Игра «Рыцарь»

Цель: Воспитывать смелость и мужество, умение прийти на помощь другу, защитить слабого, стремление помочь тем, кто попал в беду.

Игра «Знаете ли вы себя?»

Цель: Закрепить знания детей, как устроено тело(организм) человека, и назначение работы различных органов.

Ход игры: В этой игре педагог предлагает детям, глядя друг на друга, ответить на вопросы о строении человеческого тела. Каждый верный ответ поощряется фишкой, а в выигрыше оказывается тот, кто даст большее количество верных ответов и, соответственно, соберет фишек больше, чем у остальных игроков.

Примерные вопросы педагога:

- что в человеческом теле встречается всего один раз? (Тело имеет одну голову, одну шею, один живот. Голова имеет одно темя, один затылок, одно лицо...);

- что в человеческом теле встречается два раза? (Голова имеет два виска, два уха...);

- что встречается у человека четыре раза? (Голова имеет четыре века, четыре ряда ресниц, на ногах и руках по четыре больших пальца...);

- что у человека встречается десять раз? (Руки и ноги имеют по десять пальцев);

- что встречается у человека двадцать раз? (Двадцать пальцев на руках и ногах, двадцать ногтей);

- что встречается в человеческом теле двадцать четыре раза? (Скелет имеет двадцать четыре ребра);

- что встречается в человеческом теле тридцать два раза? (У человека тридцать два зуба).

Игра «Советы безопасника»

Цель: Научить детей заботиться о своём здоровье, избежать ситуаций приносящих вред здоровью.

Характеристика возможных кризисных и опасных ситуаций, формирование обостренного чувства личной и коллективной безопасности, привитие навыков распознавания и оценки опасности, меры предупреждения несчастных случаев. Ознакомление с последствиями чрезвычайных ситуаций. Выработка бережного отношения к окружающей среде, психологической устойчивости поведения в опасных ситуациях.

Материалы: Картинки с изображением опасных ситуаций для жизни дома; на улице; в транспорте.

Ход игры: Предложить ребенку рассмотреть рисунки и рассказать что их герои делают правильно или неправильно. По очереди задание выполняют все дети.