Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №16»

Структурное подразделение «Центр развития ребенка – детский сад»

**Картотека дидактических игр по здоровому образу жизни и основам безопасности жизнедеятельности**

Разработала:

Мальцева Ольга Васильевна, воспитатель

Соликамск, 2021 год

**Аннотация**

Воспитание здорового, активного, гармонично-развитого ребенка – главная задача ДОУ и семьи. Начинать приобщение к здоровому образу жизни и формированию первоначальных основ жизнедеятельности важно в системе, через использование разных форм, технологий и методов. Считаю, что именно игра помогает формировать разумное отношение к своему здоровью, организму. Дети легко и доступно овладевают валеологическими знаниями, нормами, правилами безопасного поведения и личной гигиены, знакомятся с факторами, ситуациями, условиями, влияющими на жизнь и здоровье.

В разработанных играх определены цели, правила, предложены материалы, необходимые для игровой деятельности. Содержание игр понятно и доступно детям, вызывает интерес, желание использовать их в самостоятельной деятельности.

Представленные дидактические игры по формированию здорового образа жизни и основ безопасной жизнедеятельности могут быть полезны педагогам дошкольных учреждений и родителям.

**№1. Игра «Как избежать неприятностей»**

**Цель:** Закреплять правила личной безопасности для избежания несчастных случаев дома, на улице, на природе

**Материал:** Карточки-картинки с ситуациями, карточки со стихами.

**Правила:**

*Вариант 1* — играют двое или более детей, ведущий раздаёт играющим детям карточки с ситуациями в одинаковом количестве и зачитывает стихи. Игроки должны определить ситуацию по содержанию стихотворения, показать свою карточку-картину и объяснить, как надо поступать, чтобы такой ситуации не произошло. За правильный ответ ребёнок получает карточку со стихотворением.

*Вариант 2* — ведущий показывает карточку-картинку детям, а они должны объяснить, какая ситуация на ней изображена и как её избежать. Выигрывает тот, кто правильнее объяснит ситуацию.

**№2. Игра «Кто прав, а кто нет»**

**Цель:** формировать представление о правилах личной безопасности.

**Материал:** карточки с различными ситуациями.

**Правила:** ведущий показывает карточки с различными несчастными ситуациями, произошедшими дома, на улице, на воде и др., просит детей объяснить причину их возникновения, спрашивает у детей по каждой ситуации, выявляется уровень сформированности представлений у детей по данной теме.

**№3. Игра «Правила пешехода»**

**Цель:** учить ребёнка беречь свою жизнь и здоровье, соблюдая правила дорожного движения.

**Материал:** дорожные знаки, картинки с изображением ситуаций на дороге.

**Правила:** в игре участвуют 3 и более детей. Ведущий просит объяснить значение дорожных знаков и разобрать ситуации на картинках. Ведущий называет или уточняет правила поведения пешехода в данной ситуации на дороге. Выигрывает тот, кто даёт больше правильных ответов.

**№4. Игра «Кто нам поможет»**

**Цель:** формировать представление детей о профессии врача.

**Материал:** картинки или иллюстрации с изображением врачей разных специальностей и карточки с названиями ситуаций.

**Правила:** ведущий просит детей выбрать карточки и назвать ситуации: когда врач оказывает помощь: определить врача нужной специализации (подобрав иллюстрацию) для оказания помощи в данной ситуации.

**№5. Игра «Кто как двигается»**

**Цель:** формировать представление об особенностях и двигательных возможностях человека в разный период его жизни.

**Материал:** 2 набора карточек: 1 – изображающий человека в разном возрасте (младенчество, детство, юность. Зрелость, старость), 2 – различные виды движений.

**Правила:** дети делятся на пять групп в соответствии с набором карточек №1, по очереди называют движения, соответствующие данному возрасту и находят карточку с изображением этого движения.

**№6. Игра «Оживи человечка»** (лото)

**Цель:** формировать представления о двигательных функциях организма, движениях и о разных видах спорта.

**Материал:** карточки со схематическим изображением человека в движении.

**Правила:** ведущий даёт детям задание: «Оживите человечка» и показывает карточку со схематическим изображением, детям необходимо придумать движение на заданную схему. После предлагается назвать те виды спорта, где это движение выполняется.

**№7. Игра «Помоги себе сам»**

**Цель:** учить детей заботиться о своем организме, видеть правильные способы заботы.

**Материал:** карточки с изображением действий человека.

**Правила:** в игре участвует 3-5 человек. Ведущий показывает карточку, а ребенок называет разные действия человека, определяя, будут ли эти действия направлены на заботу об организме человека или нет (приносят вред). Уточняется правила заботы за организмом. Например, для того, чтобы иметь здоровые глаза и хорошее зрение нельзя читать лежа, наклонять голову над книгой.

**№8. Игра «Как есть правильно»**

**Цель:** формировать представление о правильном питании.

**Материал:** карточки с правилами питания.

**Правила:** ребенку предлагаются карточки с иллюстрациями культуры питания за столом, необходимо выбрать те карточки, которые правильные. Например, есть руками – нельзя, надо пользоваться столовыми приборами. Педагог уточняет правила по культуре питания, если у детей возникают затруднения.

**№9. Игра «Аскорбинка и её друзья»**

**Цель:** знакомить с основными витаминами и их полезными свойствами.

**Материал:** пазлы.

**Правила:** играющим детям необходимо собрать пазлы и постараться запомнить в каких продуктах содержится определенные витамины. При правильном подборе дети смогут проверить себя сами (пазлы сложились в общую картину).

**№10. Игра «Вредно-полезно»**

**Цель:** расширить кругозор детей об организме человека и факторах, оказывающих положительное и отрицательное влияние на здоровье.

**Материал:** карточки

**Правила:** ведущий раздает карточки (3-5 детей), на которых изображены части тела, органы человека (сердце, рука, …) и факторы, оказывающие положительное и отрицательное влияния. Игра проводится по принципу «четвертый лишний». Ребенок аргументирует свой выбор. Например, глаза: (+) гимнастика для глаз, умывание и (-) близко сидеть у телевизора, читать книгу лежа.

**№11. Игра «Помоги себе сам»**

**Цель:** учить детей заботиться о своем здоровье, оказывать первую медицинскую помощь.

**Материал:** карточки с названиями несчастных случаев и с разнообразными предметами, медикаментами по оказанию мед. помощи.

**Правила:** ведущий показывает карточку с названием несчастного случая, который может произойти с человеком, а ребенок подбирает карточку с медикаментами, предметом(и) и объясняет свои действия при данном. случае по оказанию первой медицинской помощи.

**№12. Игра «Что возьмешь с собой»**

**Цель:** расширять представления детей о средствах медицинской помощи.

**Материал:** карточки с ситуациями и средствами медицинской помощи.

**Правила:** ведущий предлагает детям карточку с ситуацией, детям необходимо выбрать карточки со средствами медицинской помощи. Выигрывает тот, кто первым выполнит задание правильно.

**№13. Игра «Цепочка здоровья»**

**Цель:** воспитывать желание заботиться о своем организме, помочь детям видеть результат ухода за кожей, волосами, зубами.

**Материал:** карточки с и изображением волос, зубов, кожи и с изображением действий человека.

**Правила:** детям раздают карточки, на которых нарисованы волосы (зубы, кожа) и действия. Ребенок должен выбрать и разложить карточки так, чтобы доказать результат действий для своего организма. Например, зубы - полоскание рта - чистка зубов - красота - хорошее настроение - здоровье.

**№14. Игра «Разложи по порядку»**

**Цель:** через игровые действия учить детей выполнять последовательно действия по уходу за своим организмом.

**Материал:** карточки.

**Правила:** ведущий показывает карточки, на которых показаны разные процессы, действия по уходу за организмом. Все карточки находятся в произвольном порядке. Ребенку необходимо найти карточки, разложить их последовательно и обосновать свой выбор.

**№15. Игра «Источники болезней»**

**Цель:** расширять представления детей о заболеваниях, причинах их возникновения.

**Материал:** карточки с названиями заболеваний.

**Правила:** ведущий описывает симптомы заболевания, просит назвать его и определить причину его возникновения.

**№16. Игра «Путешествие по пищеварительной системе»**

**Цель:** закреплять знания детей о пищеварительной системе.

**Материал:** схема пищеварительной системы человека.

**Правила:** ведущий показывает изображение пищеварительной системы человека, просит назвать и показать последовательно то, что находится в пищеварительной системе человека.

**№17. Игра «Наши продукты»**

**Цель:** формировать представление о том, какие продукты следует употреблять в пищу.

**Материал:** карточки с продуктами, фишки.

**Правила:** ведущий показывает карточку с продуктом, дети называют значение и пользу данного продукта (овощи — содержат витамины, важны для роста и развития ребенка; рыба — содержит \_ элементы, способствует укреплению мышечной системы, росту зубов). Ребенок, правильно объясняющий, получает фишку. Кто из детей наберет большее количество фишек, тот и выигрывает.

**№18. Игра «Заболевания и продукты»**

**Цель:** расширять представления детей о полезных и вредных продуктах, их влиянии на здоровье.

**Материал:** карточки с продуктами, 2 надписи: «вредные», «полезные».

**Правила:** ребенок раскладывает все карточки с изображением продуктов по двум группам «вредные» и «полезные», доказывая почему он так считает. Учится устанавливать причинно-следственные связи. Например, сладости — портят эмаль зубов; сок — способствует обогащению организма витаминами, укрепляет иммунитет.

**№19. Игра «Из чего состоит наш организм»**

**Цель:** формировать представления об организме человека, его основных частях и органах.

**Материал:** схема «Человек», карточки с изображением основных частей и органов.

**Правила:** в игре участвуют 3 и более детей. Ребенку даются карточки, на которых изображены органы чувств, части тела. Ведущий просит назвать детей то, что им знакомо. Правильно ответившие дети получают жетон.

**№20. Игра «Мои органы чувств»**

**Цель:** учить называть органы чувств, знать их функциональное назначение.

**Материал:** картинки с изображением органов чувств и их внутренним строением.

**Правила:** ведущий показывает детям картинки с изображением органов чувств, ребенок определяет назначение, функцию этого органа чувств, доказывает это на примере (например, ухо — орган слуха, с помощью которого воспринимаем звуки, слышим речь).

**№21. Игра «Назови функции организма»**

**Цель:** учить детей определять и называть функции организма, воспитывать заботливое отношение к своему организму.

**Материал:** модель человека.

**Правила**: ведущий показывает модель человека (схематическое изображение) и просит найти знакомые части тела, органы чувств, назвать правильно все их основные функции в организме