Картотека игр по формированию здорового образа жизни.

**Содержание:**

**Младшая группа …………………………………………………………карточки № 1,2,3.**

**Средняя группа ………………………………………………………….карточки № 4,5,6.**

**Старшая группа ………………………………………………………….карточки № 7,8,9.**

**Подготовительная группа ………………………………………………карточки № 10,11,12**

**Младшая группа**

**№ 1 «Поможем Мойдодыру»**

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

**Материал:** картинки различных предметов, картинки с изображением предметовличнойгигиены, картинки с грязным и чистым ребёнком, картинка Мойдодыра.

**Ход игры:** Мойдодыр велел Пете чисто вымыться, а Петя не знает, что ему для этого нужно.Воспитатель просит помочь Пете и выбрать только картинки с изображением предметов, помогающих ухаживать за телом (лицом, зубами, волосами)

**№ 2 « 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.

**№ 3 «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?

-что это за запах?

Усложнение- найти баночки с одинаковыми запахами.

**Средняя группа**

**№ 4 «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.

**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.

**№ 5 «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. По каждой ситуации отрабатывать последовательность действии.

**№ 6 «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.

**Старшая группа**

**№ 7 «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.

**№ 8 «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.

**№ 9 «Найди опасные предметы»**

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

**Оборудование:** нож, ножницы, иголка, 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.

**Подготовительная группа**

**№ 10 «Самое дорогое на свете»**

**Цель:** учить детей любить себя и свой организм.

**Оборудование:** коробочка, зеркало.

**Ход игры:**  Воспитатель: У меня коробочка в руках, в ней находится самое дорогое, что есть на свете. Подходите ко мне по очереди и смотрите, что же самое дорогое на свете вы там увидели.

**Примечание:** после того, как все дети посмотрели в коробочку, в которой лежит зеркальце, они отвечают на вопрос, что же самое дорогое на свете (увидев себя в зеркальном отображение дети приходят к выводу что самое дорогое на свете – это он сам, что о самом себе надо заботиться и беречь свой организм).

**№ 11 « Веселые витаминчики»**

**Цель:** Дать детям представление о том, в каких продуктах содержится наибольшее количество витаминов А, В и С.

**Оборудование:** мольберт, бумажные буквы А, В и С, карточки с изображением овощей: капуста, морковь, лук, помидор, свекла, перец; фруктов: лимон, яблоко, персик; ягод: черная смородина, клубника, малина; хлебобулочных изделий: батон, хлеб; продуктов животного происхождения: мясо, яйца, молоко, масло сливочное. Примечание: желательно, чтобы каждому ребенку досталось по две карточки.

**Ход игры**: На мольберт с равным количеством промежутков прикрепить буквы А, В и С. Карточки перемешать и раздать детям. Затем воспитатель называет по очереди продукты питания, которые содержат витамин А, тот ребенок, у которого оказалась карточка с данным продуктом, подходит к мольберту и под заданной буквой прикрепляет свою карточку и т. д.

**№ 12 « Цветик – семицветик»**

**Цель:** определение уровня нравственного развития группы.

**Оборудование:** цветик – семицветик с отрывающимися лепестками, фишки красные и синие.

**Ход игры:** Каждый ребёнок, сорвав лепесток, может загадать только одно желание, рассказать о нём можно только тогда, когда лепесток облетит весь свет и вернётся к тому ребёнку, который загадывает желание. Предавая очередной лепесток по кругу, облетая весь цвет, дети кружатся.

Лети, лети, лепесток,

Через запад на восток,

Через север, через юг.

Возвращайся, сделав круг.

Лишь коснёшься ты земли,

Быть по – моему вели! Вели…

 В. Катаев.

Если загаданное ребенком желание отражает удовлетворение личных потребностей – он получает синюю  фишку, если желание имеет общественную значимость – красную.