

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Комбинированного вида детский сад 1 «Сказка»

Картотека дидактических игр по теме «Здоровье»

**Подготовила воспитатель :
Трибухова Н.С.**

Средняя группа

Дидактическая игра «Мое тело»

Цель: закрепить знание детей о самом себе, своем теле, о своих возможностях и способностях.

Ход игры

Дети становятся в круг.

Воспитатель: Давайте вспомним из чего состоит тело человека. Повторяйте за мной и показывайте то, о чем мы будем говорить

Головушка – соловушка	(гладят головку)
лобик – бобик	(морщат лоб)
носик – абрикосик к носу)	(закрывают глазки и показывают пальцем
щечки – комочки	(мнут пальчиками щеки)
губки – голубки	(вытягивают губы в трубочку)
зубочки – дубочки	(стучат тихонько зубками)
бородушка – молодушка	(гладят подбородок)
глазки – краски	(широко открывают глаза)
реснички – сестрички	(моргают глазками)
ушки – непослушки	(трут ушки)
шейка – индейка	(вытягивают шейку)
плечики – кузнечики	(дергают плечиками вверх вниз)
ручки – хватучки	(хватают вокруг себя)
пальчики –мальчики	(шевелият пальчиками)
грудочка – уточка	(вытягивают грудь)
пузик – арбузик	(выставляют живот)
спинка – тростинка	(вытягивают спинку)
коленки – поленки	(приседают)
ножки – сапожки.	(топают)

Воспитатель: Мы выяснили из чего состоит наше тело. Но важно также знать, как оно нам служит и помогает жить.

Что может тело?

Может:

- дышать
- есть
- пить
- думать
- говорить
- двигаться.

Вбегает Незнайка и обращается к детям: (Незнайка задает вопрос и показывают на себе)

Незнайка: Ах, зачем мне эти ручки?

Дети: Чтоб все трогал почемучка.

Незнайка. Ах, зачем мне эти ножки?

Дети. Чтобы бегать по дорожке.

Незнайка. Ах, зачем мне эта спинка?

Дети. Чтоб ложиться на перинку.

Незнайка. Ах, зачем мне этот пузик?

Дети. Чтобы кушал карапузик.

Незнайка. Ах, зачем мне эти глазки?

Дети. Для того, чтоб видеть сказки.

Незнайка. Ах, зачем мне этот носик?

Дети: Чтобы нюхать абрикосик.

Незнайка: Ах, зачем мне этот ротик?

Дети : Для того, чтоб пить компотик.

Ну а зубы, чтобы кушать

Ушки, чтобы маму слушать.

Итог: В та –ра-ре, та-ра ра вот закончилась игра.

Незнайка: Спасибо, ребята. Теперь я точно знаю, что для чего нужно.

Дидактическая игра «Что такое хорошо и что такое плохо»

Дети рассматривают картинки и называют изображения словами «плохо или хорошо». Картинки складываются в две коробки: зелёную, красную.

В. – Утро начинается,

Каждый улыбается.

Улыбаться...ХОРОШО.

Плакать – это...ПЛОХО.

Драться тоже очень...ПЛОХО.

Быть хорошим, добрым, дружным,

Это очень...ХОРОШО.

Занимайтесь все зарядкой

И не будете болеть.

Заболеешь...ПЛОХО.

Быть здоровым...ХОРОШО.

Умываться...ХОРОШО.

Быть грязнулей...ПЛОХО.

Если холодно и ветер,

Дождь наливает лужицы,

Каждый знает это...ПЛОХО.

Нам нельзя на улицу.

В. – Помни, Ниночка, всегда:
В красной коробке – так делать нельзя.
Лучше в зелёную ты загляни,
Запомни там всё

И к нам приходи.

Кукла благодарит детей.

В. – Кукол всех мы навестили,
И всему их научили.

Дидактическая игра «Собери правильно человека».

Цель: закрепить знание частей тела и назвать их функции.

Оборудование: из картона вырезаны части тела человека.

Ход игры

Воспитатель предлагает детям собирать тело человека из частей и объяснить функцию каждой части. (Ноги нам нужны, чтобы передвигаться и т. д.)

Дидактическая игра «Какие органы потерял человек».

Цель: закрепить знание частей головы и назвать их функции.

Оборудование: Карточки: лицо нарисовано без органов; уши, рот, брови, нос, глаза нарисованы отдельно.

Ход игры

Воспитатель предлагает детям собрать голову человека из частей и объяснить функцию каждой части. / Глазами мы видим, у моего человека глаза голубые и т. д./.

Дидактическая игра «Да или нет».

Цель: закрепить с детьми правила ухода за зубами.

Правила игры: Воспитатель зачитывает детям предложения, а дети должны ответить, соответствует данное предложение сохранению зубов.

Ход игры

1. Чистить зубы надо каждый день – утром и вечером.
2. Чистить зубы надо пастой или порошком.
3. Чистить зубы через день.
4. Зубная щетка должна быть одна на всю семью.
5. Можно пользоваться зубной щеткой чужой, если нет своей.
6. Зубная щетка должна быть у каждого своя.
7. После чистки зубов, зубную щетку нужно тщательно промыть.
8. Откусывать нитки зубами.
9. Открывать зубами крышки бутылок.
10. Есть много сладкого.
11. Раскалывать зубами орехи.
12. Есть некоторые овощи и фрукты в сыром виде.
13. Менять зубную щетку необходимо через каждые три месяца.
14. Если заболел зуб, нужно немедленно обратиться к врачу.
15. Есть много конфет и пирожных.

Дидактическая игра «Здоровье из корзинки».

Цель: сформировать у детей умения выбирать продукты питания и предметы, способствующие сохранению здоровья человека.

Оборудование: две корзинки: в первой – зубная паста, мыло, муляжи (картинки) конфет, печенье, полотенце, фрукты, овощи: во второй – зубная щетка, шампунь, мочалка, расческа, муляжи (картинки) пирожное, торт, овощи.

Ход игры

Воспитатель: Ребята нам нужно, поделится на две группы. Каждой группе я дам по корзинке.

Воспитатель: Из каждой корзинке надо выбрать те предметы, которые помогают сохранять и укреплять здоровье человека. Объяснить, почему выбрали те или иные предметы.

Дети выбирают предметы и аргументируют свои действия.

Дидактическая игра «Зайка Степашка учится чистить зубы».

Цель: Закрепить знания у детей о необходимости выполнения гигиенических процедур, в том числе – чистить зубы; закрепить знания у детей о пользе овощей, фруктов и молочных продуктов.

Оборудование: игрушка заяц, зубная щетка для зайца, муляжи (картинки) овощей, фруктов, сладостей, зубные щетки детей в стаканчиках.

Ход игры

Воспитатель: Ребята, сегодня к нам в гости хотел прийти заяц Степашка, но его почему-то нет. Наверное, он придет. Начнем игру без него. /Открывается дверь, вносят зайца с перевязанной щекой/. Заяц, что с тобой случилось.

Зайка: Я вчера долго смотрел телевизор, потому сегодня не мог рано проснуться. Когда проснулся, то вспомнил, что обещал прийти к вам в детский сад. Завтракать было некогда, я взял конфету и поехал к вам. По дороге съел ее, но вдруг у меня так разболелся зуб, что я еле доехал. Никак не пойму, отчего он заболел?

Воспитатель: Заяц, да ты неправильно начал свой день. Дети, напомним Степашке, что он забыл сделать с утра.

Дети: Степашка забыл сделать зарядку, почистить зубы.

Зайка: А я никогда их не чищу, зачем это надо?

Дети: Чтобы зубы были красивыми, здоровыми, не болели.

Зайка: А конфеты можно есть?

Воспитатель: Конфеты можно есть, но только немного. Лучше больше есть овощей, фруктов, ягод и пить соки. А еще надо есть творог, сыр и пить молоко. Но и этого мало. Дети, что еще необходимо делать?

Дети: Надо их чистить два раза в день – утром и вечером.

Зайка: Научите, пожалуйста.

/Воспитатель предлагает детям показать, как надо чистить зубы.

Рассматривают схему, как правильно чистить зубы/.

Зайка: Я все понял. Пойду в умывальную комнату чистить зубы.

Воспитатель: А щетка у тебя зубная есть?

Зайка: Нет, но у вас их, наверное, много. Мне кто-нибудь свою даст. Я быстренько почищу и верну щеточку.

Дети: Свою щетку никому нельзя давать.

Воспитатель: Ребята, давайте подарим Степашке щетку.

Зайка: Вот спасибо.

Упражнение 3.

Приседанья каждый день
Прогоняют сон и лень.
Приседай пониже –
Вырастешь повыше!
Раз, два, три, четыре –
Будешь самым сильным в мире.

Упражнение 4.

В заключение, в добрый час,
Пошагаем мы сейчас.
Раз, два, три, четыре,
Будем в дружбе жить и в мире.

Сейчас я вам расскажу историю про одного мальчика. И, наверно, многие из вас узнают в ней кого-нибудь из своих знакомых, а может быть, даже и себя. В одном городе, может даже и в нашем, жил мальчик по фамилии Лентяйка. Жил он в многоэтажном доме на третьем этаже, но никогда не ходил по лестницам, а всегда ездил на лифте, потому что пешком ему было лень. В детский сад ездил на автобусе, хотя жил недалеко. Пешком идти ему было лень. Никогда не делал он зарядку, ни в какой спортивной секции не был записан, прогуливал уроки физкультуры. Но зато целыми днями смотрел телевизор, лёжа на диване и играл в компьютер. Он мало двигался и поэтому у него ослабли мышцы, сердце и лёгкие стали плохо развиваться, он стал хуже заниматься, потому что быстро уставал. И в один прекрасный день он перестал ходить в детский сад, потому что от такой жизни он ослаб и заболел. Жизнь его стала скучной и неинтересной, потому что никакой компьютер и телевизор не заменит друзей.

Ребята, посоветуйте Лентяйке, что ему делать? (Ответы ребят).

В это время раздаётся стук в дверь.
Здравствуйте, это я, почтальон Печкин. Принёс письмо для вашего знакомого мальчика Лентяйки. (Почтальон уходит).
На конверте надпись: «Советы Лентяйке от профессора Здоровяшкина».
Содержание письма:
Двигаться в течение всего дня.
Утренняя зарядка обязательна! Её проводят 10-12 минут и она должна быть энергичной.
Гимнастикой нужно заниматься до начала занятий.
В детский сад в хорошую погоду нужно ходить пешком.
На занятиях физкультуры нужно быть активным.
Нужно участвовать в спортивных соревнованиях.
Необходимо записаться в спортивные секции.

Да, действительно хорошие советы и они помогут Лентяйке восстановить здоровье.

Лентяйке мы помогли. Но и вы и сами долго сидели без движения. Давайте с вами поиграем в весёлую подвижную игру. Она называется «Донеси – не урони!».

Правила игры: группа делится на две команды. Каждому участнику выдаётся мешочек с песком. Положив мешочек на голову, нужно донести его, не

уронив до корзины своей команды. Выигрывает та команда, которая закончит раньше и в корзине которой будет большее количество мешочков. Молодцы, ребята. Видно, что вы дружите со спортом.

А теперь пора прощаться...
Вам желаю закаляться,
Не болеть и не хворать,
Физкультурниками стать.