

ИГРЫ...

... для детей 3-4 лет

«Запомни и покажи»

Задачи: упражнять в умении осознавать, запоминать и воспроизводить показанные движения, развивать зрительно-моторную память, внимание.

Ход игры: взрослый показывает ребенку движения. Малыш должен их запомнить и воспроизвести.



«Скажи, что делают этими предметами»



Цель: Активизировать в речи детей глаголы и употребление с ними существительных.

Взрослый предлагает ребенку ответить на вопрос: «Как врач использует эти предметы?». Если у ребенка возникают трудности, демонстрирует картинку с предметом.

Что делает врач шприцем? Делает уколы.

Что делает врач термометром? Измеряет температуру.

Что делает врач ватой? Смазывает кожу перед уколом.

Что делает врач зеленкой? Смазывает царапину.

Что делает врач бинтом? Перевязывает рану.

Что делает врач фонендоскопом? Слушает дыхание и биение сердца.

Что делает врач грелкой? Прогревает больное место.

Что делает врач пинцетом? Достает занозы.

Что делает врач пластырем? Заклеивает мозоли.

«Ну – ка, захвати!»



Ребенок сидит на стуле. Взрослый кладет ему под ноги простынку (полотенце). Родитель предлагает захватить пальцами одной ноги эту простынку, ни разу не уронив ее. То же повторить другой ногой.

Задачу можно усложнить рассыпав на полу мелкие предметы: карандаши, кубики LEGO, игрушки. И предложить ребенку их собрать.

... для детей 4-6 лет

Угадай на вкус.

Задачи: уточнить названия фруктов, овощей, формировать умения определять их на вкус, называть и описывать.

Материал: тарелка с нарезанными овощами, фруктами.

Ход игры: взрослый готовит тарелку с нарезанными овощами, фруктами, предлагает ребенку попробовать кусочек какого-то овоща, фрукта и задаёт вопросы: «Что это?», «Какой на вкус?», «Кислый, как что?», «Сладкий, как что?». Малыш, в свою очередь, должен угадать предложенный продукт.



Задачу можно усложнить, завязав ребенку глаза.

«Чудесный мешочек».

Задачи: закреплять знания о предметах личной гигиены и их предназначении. Развивать тактильные ощущения, словесно-логическое мышление, память, грамматически правильную речь.



Материал: мешок, расчёска, зубная щётка и паста, мыло, шампунь, мочалка, носовой платок, полотенце, ножницы.

Ход игры: родитель предлагает ребенку на ощупь угадать предметы личной гигиены и рассказать, для чего они предназначены, и как ими пользоваться.

«Узнай и назови овощи»

Цель: закрепить названия фруктов, овощей, формировать умения узнавать их по описанию

Ход игры: взрослый описывает какой-либо овощ (фрукт), а ребенок должен назвать его.



... для детей 6-7 лет

«Ты – моя частичка»

Задачи: систематизировать представления ребенка о частях тела, развивать речь, внимание, память.

Ход игры:

Взрослый бросает мяч ребёнку, задавая вопрос.

– Я – *лицико*, 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 ...)

После ответа, ребенок возвращает мяч.

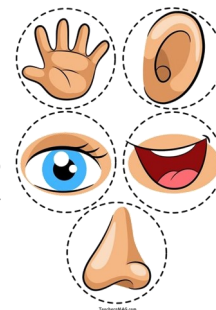


Хвастунишка

Задачи: формировать заботливое отношение к своему организму, развитие воображения, речи.

Ход игры:

Предложите малышу рассказать о каком-либо органе или части своего тела. Например: « Мои ручки маленькие, кожа на них гладкая, нежная, они помогают мне делать...»



«Умею - не умею».

Задачи: акцентировать внимание ребенка на своих умениях и физических возможностях своего организма; воспитывать чувство собственного достоинства.

Оборудование: мяч.

Взрослый бросает мяч и произносит: «Я умею» или «Я не умею».

Ребёнок, поймав мяч, продолжает фразу, объяснив, почему он умеет или не умеет.

Например: «Я умею бегать, так, как у меня есть ноги. Я не умею летать, потому что у меня нет крыльев».



Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни у детей.

1. Новый день начинайте с улыбки и утренней разминки.



2. Соблюдайте режим дня.



3. Лучше умная книга, чем бесцельный просмотр телевизора.

4. Любите своего ребёнка - он ваш. Уважайте членов своей семьи, они – попутчики на вашем пути.



5. Обнимать ребёнка следует не менее 4 раз в день, а лучше 8 раз.

6. Не бывает плохих детей, бывают плохие поступки.



7. Личный пример здорового образа жизни - лучше всякой морали.

8. Используйте естественные факторы закаливания - солнце, воздух и воду.

9. Лучший вид отдыха - прогулка с семьей на свежем воздухе.

10. Лучшее развлечение для ребёнка - совместная игра с родителями



Семейный кодекс здоровья.

1. Каждый день начинаем с зарядки.
2. Просыпаясь, не залеживаемся в постели.
3. Берем холодную воду в друзья, она дарит бодрость и закалку.
4. В детский сад, в школу, на работу – пешком в быстром темпе.
5. Лифт – враг наш.
6. Будем щедрыми на улыбку, никогда не унываем!
7. При встрече желаем друг другу здоровья (Здравствуй!).
8. Режим – наш друг, хотим все успеть – успеем!
9. Ничего не жевать сидя у телевизора!
10. В отпуск и выходные – только вместе

Пройдя по QR-коду, можно ознакомиться с перечнем детской художественной литературы по теме: «Здоровый образ жизни»



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД «МАЯЧОК»
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА

**Формирование
здорового образа
жизни у детей
дошкольного
возраста.**

