

### Картотека №1

#### Дидактическая игра «Прислушайся к себе»

Младший и средний возраст

**Цель:** знакомство детей с простейшими приемами релаксации, для того чтобы уметь успокоиться, позитивно воздействовать на свое самочувствие, уметь контролировать свои эмоции.

**Содержание:** педагог рассказывает детям на ковре, можно предложить ребятам прилечь. После этого предлагает расслабиться; закрыть глаза, послушать свое тело; прислушаться как бьется сердце;; как человек дышит и рассказать о своих ощущениях.

Очень важно научить детей уметь слушать себя, определять потребности организма, понимать сигналы, которые он подает «нужно отдохнуть», «накорми, напои меня», «хочу спать», и т.д.

### Картотека №2

#### Дидактическая игра «Мое лицо»

Младший и средний возраст

**Цель:** закрепление названий частей лица, учить составлять портрет по различным отдельным частям лица, учить описывать свое лицо и лицо товарища, составлять портрет из различных предметов, пополнять активный словарь.

**Оборудование:** разрезные картинки с портретами людей, отдельные части лица (губы, глаза, нос, волосы, брови), разноцветные пуговицы, ленточки разного цвета и ширины, кусочки ткани, поролона, палочки и т.д.

**Содержание:** Дети должны сложить разные портреты людей, используя предоставленные материалы. После окончания работы, необходимо описать созданный портрет.

### Картотека №3

#### Дидактическая игра «Можно или нет?»

Младший и средний возраст

**Цель:** формирование представления детей о том, что можно укусить зубами, а что нельзя, какие продукты полезны для зубов, а какие нет.

**Оборудование:** демонстрационные картинки (зубы, камень, мел, хлеб, ракушка, различные пластмассовые или настоящие фрукты, шишка, печенье, карандаш, деревянный брусок, и т.д.)

**Содержание:** Дети становятся полукругом. Перед ними на столике расположены демонстрационные картинки: зубы, камень, мел, хлеб, ракушка, различные фрукты, шишка, печенье, карандаш, деревянный брусок, и т.д. Ребенок-ведущий берет какой-либо предмет и показывает детям. Все вместе обсуждают можно ли этот предмет кусать зубами, будет ли это полезно для зубов. В конце игры, разделить предметы на «полезные» для зубов и «вредные».

### Картотека №4

#### Дидактическая игра «Для чего нужны глаза?»

Младший и средний возраст

**Цель:** закрепление знаний детей о зрении, о том, как можно его сохранить, познакомить с особенностями зрения животных.

**Оборудование:** фигурки различных животных, птиц, сюжетные картинки с изображением различных ситуаций, в которых может оказаться человек.

**Содержание:** Воспитатель показывает детям картинки и предлагает для решения проблемы изображенной на картинке выбрать фигурку любого живого существа, зрение которого может помочь в нужной ситуации.

#### Картотека №5

##### Дидактическая игра «Что звучит?»

Младший и средний возраст

**Цель:** формирование умения различать различные звуки.

**Оборудование:** предметы из разных материалов, издающие звуки (резиновая свистящая игрушка, детские музыкальные инструменты, лист бумаги, фольга, стеклянная и металлическая посуда, воздушный шар, пищалки, и т.д.)

**Содержание:** дети садятся на стульчики или становятся спиной к ребенку-ведущему, который производит звуки с помощью предметов, разложенных на столе. Дети должны угадать, что звучит.

#### Картотека №6

##### Дидактическая игра «Найди пару»

Младший и средний возраст

**Цель:** развитие тактильных ощущений детей при подборе одинаковых предметов.

**Оборудование:** «Волшебный мешочек» или «Волшебная коробочка» с отверстием для руки, пары одинаковых мелких игрушек или предметов.

**Содержание:** на столе раскладывают разные предметы, игрушки, коробочки и т.д. с разными характеристиками. Дети по очереди берут какой-либо предмет и находят точно такой же в закрытых мешочке или коробочке на ощупь. Нужно обязательно объяснить, как, по каким признакам ребенок выбрал пару, что помогло ему в выборе.

#### Картотека №7

##### Дидактическая игра «Определи на ощупь»

Младший и средний возраст

**Цель:** упражнение в определении знакомых предметов на ощупь; описывать признаки этого предмета; развивать тактильные ощущения.

**Оборудование:** набор различных предметов, с разными характеристиками, знакомых воспитанникам.

**Содержание:** Ребенку завязывают глаза и предлагают определить на ощупь, что за предмет находится перед ним. Предмет может быть любым по размеру, фактуре, материалам, но самое главное он должен быть узнаваемым. Можно поставить перед ним одноклассника. Дети, ощупывая, описывают предмет или другого ребенка и определяют, по характерным признакам, что или кто перед ними находится.

#### Картотека №8

##### Дидактическая игра «Угадай эмоцию»

Младший и средний возраст

**Цель:** формировать умение понимать эмоции человека по мимике, жестам, позе.

**Оборудование:** набор картинок или фотографий, с изображением эмоций человека.

**Содержание:** воспитатель предлагает детям угадать, какая эмоция изображена на картинке (радость, гнев, страх, удивление, злость и т.д.) Можно предложить ребятам самостоятельно по очереди изобразить различные эмоции, остальным детям отгадать, что изобразил их товарищ. Обязательно нужно обсудить, какие обстоятельства вызывают у человека ту или иную эмоцию, что ощущает человек при этом переживании.

### Картотека №9

#### Дидактическая игра «Угадай по вкусу» Младший и средний возраст

**Цель:** закрепление названий фруктов и овощей, учить описывать вкус продуктов, описывать вкусовые ощущения.

**Оборудование:** кусочки различных овощей и фруктов.

**Содержание:** педагог предлагает детям попробовать кусочек нарезанного овоща или фрукта, определить по вкусу что ребенок попробовал, описать какой вкус у этого продукта (кислый, сладкий, горький, пресный и т.д.).

### Картотека №10

#### Дидактическая игра «Разложи по порядку» Младший и средний возраст

**Цель:** систематизация знаний дошкольников о ЗОЖ, способствовать развитию активного словаря, развивать память, внимание.  
**Оборудование:** карточки, на которых изображены режимные моменты с распорядком дня.

**Содержание:** педагог предлагает ребятам разложить карточки в порядке, соответствующем правильному распорядку дня. Объяснить почему должен быть такой порядок действий, что нужно делать, чтобы вырасти сильным, крепким и здоровым.

### Картотека №11

#### Дидактическая игра «Наши помощники» Младший и средний возраст

**Цель:** закрепление знаний об использовании возможностей организма в профессиональных навыках.

**Оборудование:** карточки по теме «Профессии», картинки с изображением различных частей тела человека.

**Содержание:** воспитатель показывает детям карточку с изображением определенной профессии, просит рассказать, что ребята знают о ней, чем занимается человек данной профессии. После этого дети должны выбрать картинку частей тела, которые помогут человеку освоить профессию и рассказать, как можно использовать в работе эту часть тела.

### Картотека №12

#### Дидактическая игра «Умею - не могу» Младший и средний возраст

**Цель:** воспитание чувства гордости за свои умения, развитие желание достигать поставленных целей, способствовать развитию различных умений ребенка.

**Оборудование:** мяч.

**Содержание:** дети становятся в круг. Выбирается ведущий, который стоит с мячом в центре круга. Ведущий бросает мяч по очереди, в произвольном порядке детям и говорит: «Я умею...» или «Я не могу...». Тот, кто поймал мяч, должен продолжить предложение, пояснив почему он умеет или не умеет делать что-либо, и сможет ли он когда-нибудь этому научиться, и каким образом. Например: «я не умею плавать, потому что я не рыба, но я могу этому научиться, если буду ходить в бассейн», «я умею рисовать, потому что учусь этому в детском саду».

### Картотека №13

#### Дидактическая игра «Вредно или полезно?»

##### Младший и средний возраст

**Цель:** закрепление представлений детей о том, какая еда полезна, какая вредна для организма.

**Оборудование:** Сигнальные карточки зелёного и красного цвета; предметные картинки с изображением продуктов питания (копченые продукты (колбаса, сало, сосиски), газированная вода, фрукты, жареные пирожки, торты, конфеты, шоколад, молочные продукты, чёрный и белый хлеб, каши, варенье, соки, овощи, яйца); призы (маленькие муляжи фруктов и овощей).

**Содержание:** воспитатель показывает детям изображения различных продуктов питания. Если на картинке изображен полезный продукт, ребята поднимают зеленую сигнальную карточку, если вредный-красную. Дети должны рассказать, почему считают продукт вредным или полезным. За правильный ответ дети получают поощрительный приз. Кто больше соберет призов, тот победил.

### Картотека №14

#### Дидактическая игра «Что изменилось?»

##### Младший и средний возраст

**Цель:** развитие зрительного восприятия, наблюдательности, памяти.

**Оборудование:** различные игрушки, картинки с изображением предметов (полезные продукты).

**Содержание:** перед детьми раскладывают 4-6 картинок или игрушек. Обсуждают, какие предметы находятся на столе. После этого предлагается закрыть глаза, педагог убирает одну картинку или игрушку и меняет местами оставшиеся. Дети должны ответить, что изменилось.

### Картотека №15

#### Дидактическая игра «Чем пахнет?»

##### Младший и средний возраст

**Цель:** способствование развитию представлений дошкольников об органах обоняния.

**Оборудование:** предметы, имеющие различные запахи (цитрусовые, мыло, ванилин и т.д.)

**Содержание:** предметы раскладывают перед детьми на столике, выбирают ребенка и завязывают ему глаза. Педагог предлагает определить по запаху, чем пахнет?

Дидактические игры  
по формированию знаний детей  
о здоровом образе жизни