

**Дидактические игры для детей дошкольного возраста по формированию  
здорового образа жизни**

<p><b>№1</b>                                      Тема: «Ребенок и здоровье»</p> <p style="text-align: center;"><b>Кому что нужно</b></p> <p><b>Цель:</b> закрепить знания детей о предметах, необходимых для работы врачу, повару, продавцу.</p> <p><b>Материал:</b> круг, поделенный на сектора, в каждом из них картинки с изображением предметов, необходимых для работы врачу, повару, продавцу, в середине круга стрелки, на них изображены врач, повар, продавец.</p> <p><b>Ход игры:</b> воспитатель предлагает ребёнку найти предмет, необходимый для работы врачу (повару, продавцу).</p>	<p><b>№2</b>                                      Тема: «Ребенок и здоровье»</p> <p style="text-align: center;"><b>Разложи картинки по порядку</b></p> <p><b>Цель:</b> систематизировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, развивать речь, внимание, память.</p> <p><b>Материал:</b> картинки с изображением моментов распорядка дня</p> <p><b>Ход игры:</b> воспитатель говорит о том, что волшебник Путаница перепутал картинки распорядка дня, и предлагает разложить картинки по порядку. Воспитатель подводит итог высказываниям детей.</p> <p>Каждое утро, чтобы быть здоровым, мы начинаем с зарядки.</p> <p>Чтобы расти нам сильными, ловкими и смелыми, ежедневно поутру мы зарядку делаем.</p> <p>Воспитатель предлагает каждому вспомнить своё любимое упражнение, показать и всем вместе выполнить его.</p>
<p><b>№3</b>                                      Тема: «Ребенок и здоровье»</p> <p style="text-align: center;"><b>Оденем куклу на прогулку</b></p> <p><b>Цель:</b> закреплять знания детей об одежде, формировать умение детей одевать куклу соответственно сезону года, погоде, систематизировать представления детей о здоровье, развивать у детей внимание, память, логическое мышление.</p> <p><b>Материал:</b> бумажная кукла с различной одеждой</p> <p><b>Ход игры:</b> воспитатель говорит, что кукла собирается на прогулку, но не знает, что ей одеть, сейчас зима и на улице очень холодно (различные ситуации).</p> <p>Дети «одевают» куклу и объясняют свой выбор.</p>	<p><b>№4</b>                                      Тема: «Ребенок и здоровье»</p> <p style="text-align: center;"><b>Что такое хорошо, что такое плохо</b></p> <p><b>Цель:</b> познакомить детей с правилами личной гигиены и правильным, бережным отношением к своему здоровью; развивать у детей речь, внимание, память.</p> <p><b>Материал:</b> поля, разделённые на квадраты, в центре поля негативная и позитивная картинка, картинки с различными ситуациями.</p> <p><b>Ход игры:</b></p> <p><b>1-ый вариант</b> детям раздаются поля, в центре поля изображена негативная или позитивная картинка. Детям предлагается поиграть в лото, показывая и сопровождая свои действия объяснениями – «что такое хорошо и что такое плохо»</p> <p><b>2-ой вариант.</b> Показ картинок можно сопровождать двигательной активностью детей. Например, на позитивные картинке дети реагируют прыжками, а при показе негативной картинке садятся на пол.</p>

<p><b>№5</b>                                      Тема: «Ребенок и здоровье»</p> <p style="text-align: center;"><b>Азбука здоровья</b></p> <p><b>Цель:</b> систематизировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, развивать речь, внимание, память.</p> <p><b>Материал:</b> иллюстрации</p> <p><b>Ход игры:</b> играют от 1 до ... человек. Воспитатель называет правило, а ребёнок находит карточку – иллюстрацию этого правила. Или воспитатель показывает карточку, ребёнок говорит, что нужно делать в данной ситуации.</p>	<p><b>№6</b>                                      Тема: «Полезные продукты»</p> <p style="text-align: center;"><b>Чудесный мешочек</b></p> <p><b>Цель:</b> уточнить названия фруктов, овощей, формировать умения определять их на ощупь, называть и описывать.</p> <p><b>Материал:</b> мешочек, муляжи овощей, фруктов</p> <p><b>Ход игры:</b> воспитатель показывает группе «чудесный мешочек» с муляжами овощей, фруктов и предлагает детям узнать, что находится в «чудесном мешочке». Ребёнок опускает руку в «чудесный мешочек» и на ощупь определяет его, затем достаёт и описывает по схеме. Воспитатель даёт образец описания овощей, фруктов.</p> <p>- У меня помидор, он красный, круглый, гладкий. А у тебя?</p> <p>Если дети затрудняются ответить, воспитатель задаёт наводящие вопросы: какой формы? Какого цвета? Какой на ощупь?</p> <p>Дети складывают все овощи, фрукты на поднос.</p>
<p><b>№7</b>                                      Тема: «Полезные продукты»</p> <p style="text-align: center;"><b>Угадай на вкус</b></p> <p><b>Цель:</b> уточнить названия фруктов, овощей, формировать умения определять их на вкус, называть и описывать.</p> <p><b>Материал:</b> тарелка с нарезанными овощами, фруктами</p> <p><b>Ход игры:</b> воспитатель вносит тарелку с нарезанными овощами, фруктами, предлагает детям попробовать кусочек какого-то овоща, фрукта и задаёт вопросы: «Что это?», «Какой на вкус?», «Кислый, как что?», «Сладкий, как что?»</p>	<p><b>№8</b>                                      Тема: «Полезные продукты»</p> <p style="text-align: center;"><b>Узнай и назови овощи</b></p> <p><b>Цель:</b> закрепить названия фруктов, овощей, формировать умения узнавать их по описанию воспитателя</p> <p><b>Ход игры:</b> воспитатель описывает какой-либо овощ (фрукт), а дети должны назвать этот овощ (фрукт).</p>

<p><b>№9</b>                      Тема: «Полезные продукты»</p> <p><b>Полезные и вредные продукты</b>  <b>Цель:</b> систематизировать представления детей о вредных и полезных продуктах, упражнять в умении их дифференцировать, формировать потребность заботиться о своём здоровье  <b>Материал:</b> картинки с изображением различных продуктов, два обруча  <b>Ход игры:</b> для того чтобы быть здоровым, нужно правильно питаться. Сейчас мы узнаем, известно ли вам, какие продукты полезны.  Воспитатель предлагает детям картинки по двум обручам. В один обруч дети отбирают полезные продукты и объясняют свой выбор, во второй – продукты, которые вредны для здоровья.</p>	<p><b>№10</b>                      Тема: «Полезные продукты»</p> <p><b>Узнай на вкус</b>  <b>Цель:</b> закреплять знания об овощах и фруктах, умение определять их по вкусу.  <b>Материал:</b> тарелка с нарезанными овощами, фруктами  <b>Ход игры:</b> воспитатель вносит тарелку с нарезанными овощами, фруктами, предлагает детям попробовать кусочек какого-то овоща, фрукта и задаёт вопросы: «Что это?», «Какой на вкус?»</p>
<p><b>№11</b>                      Тема: «Полезные продукты»</p> <p><b>Назови правильно</b>  <b>Цель:</b> уточнить знания детей об овощах и фруктах, их качества (цвет, форма, вкус, запах), закреплять умение узнавать их по картинке и давать краткое описание.  <b>Материал:</b> картинки с изображением овощей, фруктов  <b>Ход игры:</b> воспитатель предлагает ребёнку выбрать картинку с овощем, фруктом и описать его.  - У меня помидор, он красный, круглый, сладкий. А у тебя?  Если дети затрудняются ответить, воспитатель задаёт наводящие вопросы: какой формы? Какого цвета? Какой на вкус? Какой по запаху?</p>	<p><b>№12</b>                      Тема: «Личная гигиена»</p> <p><b>Вымоем куклу</b>  <b>Цель:</b> закреплять знания о предметах личной гигиены для мытья и умывания, последовательность действий, способствовать формированию привычки к опрятности.  <b>Материал:</b> различные предметы и предметы личной гигиены для мытья и умывания, куклы.  <b>Ход игры:</b> 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.</p>

**№13**

Тема: «Личная гигиена»

### Таня простудилась

**Цель:** способствовать формированию навыка пользования носовым платком, закреплять знание о том, что при чихании и кашле нужно прикрывать рот носовым платком, а если кто-то находится рядом, отворачиваться

**Материал:** носовой платок

**Ход игры:** воспитатель спрашивает: зачем людям нужен носовой платок?

И затем предлагает детям различные ситуации, которые проигрываются вместе с малышами:  
- Что нужно сделать, если ты хочешь чихнуть? И т.д.

**№14**

Тема: «Личная гигиена»

### Подбери картинки

**Цель:** уточнить представления детей о предметах личной гигиены, формировать навыки здорового образа жизни

**Материал:** картинки различных предметов, картинки с изображением предметов личной гигиены

**Ход игры:** воспитатель просит выбрать только картинки с изображением предметов, помогающих ухаживать за телом (лицом, зубами, волосами)

**№15**

Тема: «Личная гигиена»

### Правила гигиены

**Цель:** закреплять культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, чистка зубов, причёсывание, купание), формировать умения показывать эти движения при помощи мимики и жеста и отгадывать по показу.

**Ход игры:** Воспитатель просит детей при помощи мимики и жестов показать, как они умываются (одеваются, чистят зубы и т.д.), соблюдая последовательность выполнения данных навыков. Или воспитатель показывает при помощи мимики и жестов, что он делает, а дети отгадывают.

**№16**

Тема: «Личная гигиена»

### Сделаем куклам разные причёски

**Цель:** закреплять навыки ухода за волосами, уточнить названия необходимых для этого предметов, формировать понятие «опрятный внешний вид»

**Материал:** куклы, расчёски, заколки.

**Ход игры:** воспитатель предлагает детям причесать кукол.

**№17**

Тема: «Тело человека»

### 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 понюхать баночки с различными запахами и спрашивает:

- Что помогло вам почувствовать этот запах?

– Где можно почувствовать такой запах?

**№18**

Тема: «Тело человека»

### Игра с микрофоном

**Цель:** систематизировать представления детей о частях тела, развивать речь, воспитывать умение слушать друг друга

**Материал:** микрофон

**Ход игры:** воспитатель начинает предложение, а ребёнок продолжает его, говоря в микрофон.

Я – голова, я умею ... думать, но не умею говорить.

Я – нога, я умею ... ходить, но не умею рисовать.

Я – рука, я умею ... рисовать, но не умею слушать ... и т.д.

**№19**

Тема: «Тело человека»

### Ты – моя частичка

**Цель:** систематизировать представления детей о частях тела, развивать речь, внимание, память.

**Материал:** мяч

**Ход игры:** воспитатель бросает мяч каждому ребёнку, задавая вопрос.

Я – личико, 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 ...)

**№20**

Тема: «Тело человека»

### Кто я такой?

**Цель:** упражнять детей в умении правильно называть части тела человека, умении различать девочек и мальчиков.

**Материал:** картинки с изображением мальчика и девочки, карточки-накладки.

**Ход игры:** воспитатель называет какую-либо часть тела, ребёнок находит её среди карточек и кладёт её на картинку. Или воспитатель показывает карточку, ребёнок называет нарисованную часть тела и кладёт на картинку.

**№21**

Тема: «Тело человека»

### Запомни движение

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

**Ход игры:** воспитатель или ребёнок показывает движения. Дети должны их запомнить и воспроизвести.

**№22**

Тема: «Тело человека»

### Посылка от обезьянки

**Цель:** продолжать формировать представление о своем организме; закрепить знания о том, что предметы можно узнать по внешнему виду, запаху, вкусу, на ощупь; упражнять в определении фруктов по вкусу и запаху.

**Материал:** посылка с овощами, фруктами

**Ход игры:** играют 4 человека. Воспитатель говорит, что пришла посылка от обезьянки, в ней может быть или овощ, или фрукт. Предлагает детям узнать, что за овощ или фрукт находится в посылке. Одну ребёнку предлагается опустить руку в посылку и на ощупь определить её содержимое. Другому – попробовать кусочек и определить по вкусу, третьему предлагается определить по запаху, а четвёртому воспитатель описывает этот овощ (фрукт). Выигрывает тот, кто угадает.

**№23**

Тема: «Тело человека»

### Угадай по звуку

**Цель:** формировать представления о помощнике человека (уши), развивать навыки исследования предметов с помощью соответствующего органа чувств

**Материал:** музыкальные инструменты

**Ход игры:** воспитатель за ширмой издаёт звуки на различных музыкальных инструментах, дети угадывают их

- Что помогло вам услышать разные звуки?

**№24**

Тема: «Ребенок на улицах города»

### О чем говорит светофор

**Цель:** закреплять знания о значении цветов светофора и правила поведения на улице.

**Материал:** цветные картонные кружки (красные, жёлтые и зелёные), макет светофора.

**Ход игры:** воспитатель раздаёт детям кружки красного, жёлтого и зелёного цвета. Последовательно «переключают» светофор, а дети показывают соответствующие кружки и объясняют, что означает каждый сигнал. Выигрывает тот, кто правильно покажет все кружки и расскажет о назначении цветов.

<p><b>№25</b>                      Тема: «Врачи - наши помощники»</p> <p style="text-align: center;"><b>Если кто-то заболел</b></p> <p><b>Цель:</b> закрепить знание о том, что при серьёзной травме необходимо вызвать врача «скорой помощи», позвонив по номеру «103», поупражнять в вызове врача</p> <p><b>Материал:</b> телефон</p> <p><b>Ход игры:</b> Если мы сами не можем справиться с ситуацией, то мы вызываем врача, скорую помощь.</p> <p>Детям предлагается вызвать врача на дом. Сначала набираем номер телефона и называем по порядку: фамилия, имя —&gt; адрес —&gt; возраст —&gt; жалобы</p>	<p><b>№26</b>                      Тема: «Опасные предметы»</p> <p style="text-align: center;"><b>Источники опасности</b></p> <p><b>Цель:</b> закрепить знания о предметах, которые могут быть объектами возникновения опасности, формировать умения выбирать картинки предметов по описанной ситуации, воспитывать чувство товарищества</p> <p><b>Правило:</b> не толкаться, не отбирать предметы друг у друга.</p> <p><b>Материал:</b> макет или игровой уголок с предметами домашнего обихода, призы (фишки или картинки)</p> <p><b>Ход игры:</b> 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.</p>
<p><b>№27</b>                      Тема: «Опасные предметы»</p> <p style="text-align: center;"><b>Игра - дело серьёзное</b></p> <p><b>Цель:</b> упражнять детей в выборе безопасных предметов для игр по картинкам, закреплять знания о том, какими предметами можно играть.</p> <p><b>Материал:</b> картинки с изображением различных предметов (опасных и неопасных), два обруча</p> <p><b>Ход игры:</b> Воспитатель предлагает детям разложить картинки по двум обручам. В один обруч дети отбирают картинки с изображением предметов, с которыми можно играть, во второй – картинки с изображением предметов, с которыми нельзя играть, и объясняют свой выбор.</p>	<p><b>№28</b>                      Тема: «Опасные предметы»</p> <p style="text-align: center;"><b>Сто бед</b></p> <p><b>Цель:</b> закрепить представления об опасных ситуациях в быту, о правильных действиях в конкретных ситуациях; развивать внимание; воспитывать сочувственное отношение к пострадавшему</p> <p><b>Материал:</b> картинки с изображением детей в опасной ситуации</p> <p><b>Ход игры:</b> несколько картинок лежат на столе изображением вниз. Ребёнок выбирает любую, рассматривает и рассказывает: что на ней изображено, почему такое случилось с ребёнком, что он сделал неправильно, что теперь делать ребёнку.</p>

**№29**

Тема: «Опасные предметы»

### **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 изображением опасной ситуации, ребёнок рассматривает её и из всех карточек с изображением действий выбирает две правильные, последовательно раскладывает их.

**№30**

Тема: «Опасные предметы»

### **Что мы знаем о вещах**

**Цель:** расширять представления детей о правилах безопасного поведения в быту; развивать внимание, память; воспитывать чувство сотрудничества

**Материал:** карточки с изображением пореза, ожога, ушиба руки и пожара, картинки с изображением различных, бытовых предметов.

**Ход игры:** в игре принимают от 2 до 4 детей, каждый из них берёт себе по картинке с изображением «травмы». Воспитатель поочередно поднимает картинку с изображением предмета. Участники должны догадаться, к какой травме может привести неправильное обращение с этим предметом, соотнести со своей карточкой и взять картинку. При отборе ребёнок должен объяснить, чем опасен тот или иной предмет, рассказать правила общения с ними.

**№31**

Тема: «Опасности вокруг нас»

### **На прогулке**

**Цель:** закреплять знания о правильном поведении и общении с животными, соотносить изображённое на картинках с правильными и неправильными

действиями при встрече с животными

**Материал:** иллюстрации, 2 обруча

**Ход игры:** несколько картинок лежат на столе изображением вниз. Ребёнок выбирает любую, рассматривает и рассказывает: что на ней изображено, правильно или неправильно здесь поступает ребёнок.

Или в один обруч положить картинки с изображением правильных действий при встрече с животными, а в другой – неправильными действиями

**№32**

Тема: «Опасные предметы»

### **Так или не так**

**Цель:** формировать умение детей отличать опасные для жизни ситуации от неопасных; развивать внимание; воспитывать желание соблюдать правила безопасности.

**Материал:** 2 карточки – с красным и с зелёным кружком, картинки с изображением опасных и безопасных действий детей;

**Правила:** под красную карточку (кружок) положить картинки с изображением опасных для жизни ребёнка ситуаций, под зелёную – неопасных (разрешённых).

**Варианты:** индивидуально с воспитателем; несколько детей по очереди, объясняя свой выбор.



**№33**

Тема: «Опасности вокруг нас»

### Что где растёт

**Цель:** закрепить знания о том, где растут лекарственные растения

**Материал:** мяч

**Ход игры:** воспитатель бросает мяч каждому ребёнку, задавая вопрос:

- Где растёт подорожник? (Ребёнок отвечает и бросает мяч обратно)
- Где растёт ромашка? и т.д.

**№34**

Тема: «Опасности вокруг нас»

### Определи растение по запаху

**Цель:** упражнять детей в определении по запаху листьев мяты, цветков, ромашки, черёмухи.

**Материал:** листьев мяты, цветков, ромашки, черёмухи.

**Ход игры:** воспитатель предлагает детям понюхать листья мяты (цветки ромашки, черёмухи)

- Что помогло вам почувствовать этот запах?

Где можно почувствовать такой запах?

**№35**

Тема: «Опасности вокруг нас»

### Если малыш поранился

**Цель:** познакомить детей с элементарными приёмами оказания первой медицинской помощи, ведь это зачастую может спасти его здоровье и жизнь.

**Материал:** карточки с наиболее встречающимися бытовыми травмами, карты со способами оказания помощи

**Ход игры:** Воспитатель предлагает детям выбрать карточки для оказания первой медицинской помощи при резаной ране и последовательно их выложить (промыть рану, наложить стерильную повязку, вызвать врача)

**№36**

Тема: «Опасности вокруг нас»

### По грибы

**Цель:** закреплять знание съедобных и несъедобных грибов, умение различать их по внешнему виду на картинке и муляжах.

**Материал:** картинки или муляжи съедобных и несъедобных грибов

**Ход игры:** картинки или муляжи разложить в разных местах. Детям предлагается собрать в корзинку съедобные грибы.