

АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ

СБОРНИК ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР
ПО ПРИОБЩЕНИЮ ДЕТЕЙ
СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
К ЦЕННОСТЯМ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ



ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения является одной из стратегических задач современного общества. В дошкольном образовательном учреждении эта задача значительна, приоритетна, так как она связана с неблагоприятной тенденцией снижения показателей здоровья детей за последнее десятилетие.

Поэтому потребность в здоровом образе жизни и ценностное отношение к здоровью необходимо формировать уже на этапе дошкольного возраста. Основопологающей теорией для проведения этой работы является положение о том, что воспитание и образование должно строиться на активности самого ребенка, так как он участвует в своем становлении.

Традиционно составляющими здорового образа жизни дошкольников считались личная гигиена, рациональное питание, закаливание, оптимальный двигательный режим, а также правильно и грамотно составленная совместная образовательная деятельность воспитателя и ребенка.

Кроме того, большое внимание следует уделять задаче формирования у детей дошкольного возраста представлений о ценности здоровья и здорового образа жизни, воспитание здоровьесберегающего поведения.

В приобщении детей дошкольного образа к ценностям здорового образа жизни, в формировании здоровьесберегающего поведения большое значение придается игровой деятельности.

Игровая деятельность влияет на формирование произвольности поведения и всех психических процессов – от элементарных до самых сложных [1].

Огромное значение игры для развития психики и личности ребёнка даёт основание считать, что именно эта деятельность является в дошкольном возрасте ведущей.

Содержание представленных в сборнике дидактических игр соответствует возрастным особенностям детей старшего дошкольного возраста.

Дидактические игры классифицированы по группам и дидактическим задачам:

«Я – человек» – игры, направленные на расширение и уточнение **представлений детей о** строении, работе, особенностях человеческого организма, правилах ухода за ним, о первой помощи в различной ситуации;

2. «Личная гигиена» – игры, направленные на закрепление культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания;

3. «Правильное питание» – игры, направленные на формирование у детей представлений о пользе тех или иных продуктов;

4. «Правила безопасности» – игры, направленные на запоминание основной группы опасных предметов, **опасных ситуаций в быту, в природе о правильных действиях в конкретных ситуациях;**

5. «Секреты психологического здоровья» – игры, направленные на освоение эффективных способов поведения и использование их в реальной жизни.

6. «Здоровый образ жизни» – игры, направленные на развитие представлений о составляющих здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье, на закрепление у детей потребности быть здоровым, заботливо относиться к своему организму.

Игры, представленные в сборнике, апробированы в работе с детьми старшего дошкольного возраста.

Игры можно проводить в свободной деятельности детей как самостоятельную игру. Игровой материал валеологической направленности также органично включается в структуру занятий, способствуя расширению знаний детей о строении человека, влиянии физических упражнений на организм, о безопасности жизнедеятельности и т.д.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ТЕМА: «Я – ЧЕЛОВЕК»	
	«Умею – не умею»	«Путешествие хлебного комочка»
	«Угадай, кто позвал»	«Посылка от обезьянки»
	«Найди пару»	«Назови и покажи по порядку»
	«Игра с микрофоном»	«Мальчики и девочки»
	«Ты – моя частичка»	«Получился человечек»
	«Что ты знаешь о...»	«Хвастунишка»
	«Ассоциации»	«Что любит сердце?»
	«Мои помощники»	«Мое тело»
	«Видим, слышим, ощущаем»	
2.	ТЕМА: «ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА»	
	«Гигиена и хорошее здоровье»	«Чтобы кожа была здоровой»
	«Правила гигиены»	«К нам пришел Незнайка»
	«Подбери картинки»	«Подбери пару»
	«Назови правильно»	«Как нужно ухаживать за собой»
3.	ТЕМА: «ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»	
	«Где живет витаминка?»	«Магазин полезных продуктов»
	«Во фруктовом царстве, овощном государстве»	«Мы ходили в магазин»
	«Витамины – это таблетки, которые растут на ветке»	«Дерево здоровья»
	«Витаминный бильярд»	«Реклама»
	«Витаминный домик»	«Составляем меню»
	«Аскорбинка и её друзья»	«Меню для сказочных героев»
	«Кто в домике живет?»	«Поварята»
	«Полезная и вредная еда»	«Готовим обед»
	«Пищевое лото»	«Вкуснятина»
	«Часы здоровья»	«Режим питания»
	«Будь здоров!»	
4.	ТЕМА: «ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ»	
	«Найди опасные предметы»	«Назови правильно»
	«Отгадай загадку»	«Если кто-то заболел»
	«Опасно – не опасно»	«Чтобы не заболеть»
	«Игра – дело серьезное»	«Мы – спасатели»
	«Сто бед»	«В страну литературных героев» ...
	«Что мы знаем о вещах»	«На прогулке»
	«Если сделаю так...»	«По грибы»
	«Иголлка»	«Можно и нельзя»
	«Скорая помощь»	«Чем помочь?»
5.	ТЕМА: «СЕКРЕТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ»	
	«Здоровье и цвет»	«Оцени поступок».
	«Азбука настроений»	«Да или нет»
	«Кубик»	«Комплименты 1»
	«Пиктограммы»	«Комплименты 2»
	«Добрые слова»	«Проигрывание ситуаций»
	«Вежливые слова»	«Цветик-семицветик»

	«Клубочек волшебных слов»	«Я не должен...»
6.	ТЕМА: «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»	
	«Распорядок дня»	«У каждого своя зарядка»
	«Мой день»	«Виды спорта»
	«Что такое хорошо, что такое плохо»	«Угадай вид спорта»
	«Сложи картинку»	«Кто быстрее?»
	«Как вырасти здоровым».	«Спортивная мозаика»
	«Лабиринты здоровья»	«Я умею»
	«Подбери предметы»	«Узнай движение»
	«Закончи предложения»	«Физкультура на кубиках»
	«Умозаключение»	«Парочки»
	«Три слова»	«Здоровье с комнатными растениями»
	«Малыши-крепыши»	«Письмо от Почемучки»