

РЕБЕНОК — РЕБЕНОК

СЮЖЕТНО-РОЛЕВАЯ ИГРА «ЦЕНТР ЗДОРОВЬЯ»

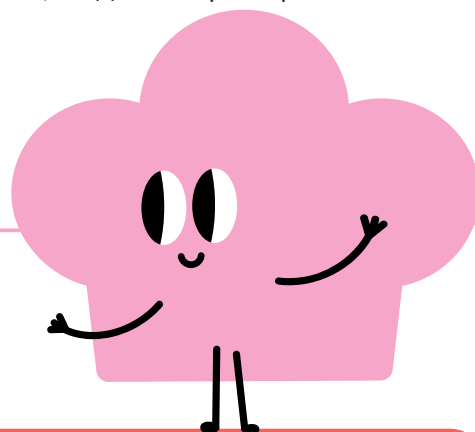
Воспитатель предлагает детям игровую ситуацию: семья посещает центр здоровья. Воспитатель и дети обсуждают возможные варианты развития сюжета, распределяют роли, определяют правила взаимодействия, организуют пространство для центра здоровья.

Варианты развития сюжета

Поход в комплекс здоровья всей семьей; общение с администратором и оформление карты посетителя; выбор маршрута; посещение специалистов (например, врач, массажист) и занятий (например, тренажерный зал, бассейн); посещение кафе и т. д. Корреспондент с видеооператором берут интервью у членов семьи.

Варианты ролей

Мама, папа, дети, администратор, доктор, массажист, тренер в тренажерном зале, тренер по плаванию, буфетчик, корреспондент, видеооператор.



ТЕАТРАЛИЗОВАННАЯ ИГРА «ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ»

Цель

Познакомить с работой врачей, закрепить правила профилактики.

Материалы

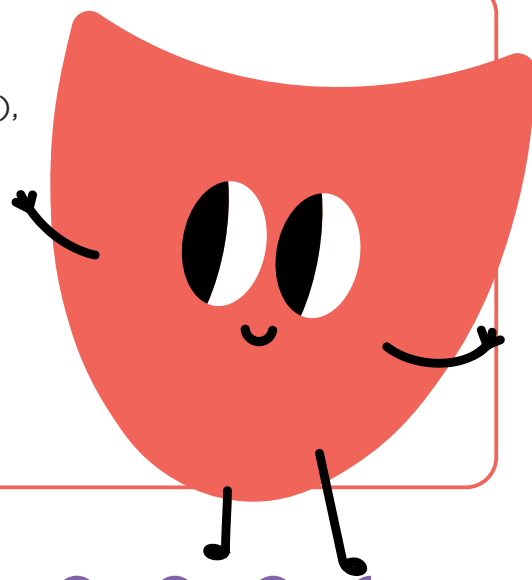
Кабинеты (столы с табличками): «Окулист», «Лор», «Стоматолог», «Терапевт»; медицинские инструменты (игрушечные), карточки-рецепты.

Ход игры

Дети проходят диспансеризацию: подходят к каждому врачу. Окулист проверяет зрение (показывает картинки), лор — слух (шепотом называет слова), стоматолог — зубы (показывает, как чистить), терапевт — общее состояние (слушает фонендоскопом). Кто прошел всех врачей — получает «Справку о здоровье».

Вывод: «Проверять здоровье — это ответственность перед собой и страной. Здоровый человек — сильный гражданин».

Время: 15–17 мин.



ТЕАТРАЛИЗОВАННАЯ ИГРА «ФАБРИКА ВИТАМИНОВ»

Цель

Показать, как создаются витамины и почему они важны для здоровья нации.

Материалы

Баночки/стаканчики пластмассовые, муляжи фруктов/овощей, наклейки «Витамин А, В, С», конвейер (стол/лента).

Ход игры

Воспитатель: «На фабрике витаминов начинается смена! Нужно произвести витамины для всей страны». Дети — «работники фабрики». Каждый получает роль: «сортировщики» — отбирают фрукты/овощи; «изготовители» — кладут в баночки; «упаковщики» — наклеивают этикетки; «контролеры» — проверяют качество.

К концу смены — «продукция» готова. Все витамины отправляются в больницы и аптеки.

Вывод: «Труд людей помогает другим быть здоровыми. Уважать труд — значит ценить здоровье».

Время: 15–17 мин.

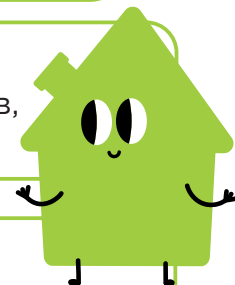
НАРОДНАЯ ИГРА «ПАЛОЧКА-СТУКАЛОЧКА (КЪАКЪМА ТАЯКЪ)»

Цель

Закрепление темы «Режим дня, витамины и здоровье».

Материал

Палочки длиной 10 см по количеству игроков, одна большая палка длиной 50 см, камень.

**Ход игры**

Играющие (10–12 человек) образуют круг, в руках у каждого маленькие палочки длиной 10 см. Для игры нужна еще одна большая палка длиной 50 см. Ведущего выбирают с помощью считалки, т. е. при круговом счете до десяти каждый десятый ребенок выходит из круга. Тот, кто останется последним, становится водящим. Он закрывает глаза, считает вслух до десяти, остальные дети в это время прячутся. Прежде чем спрятаться, игроки кладут длинную палку одним концом на камень, другим на землю. На конец палки, лежащей на земле, аккуратно кладут маленькие палочки.

Сосчитав до десяти, водящий открывает глаза и ищет детей. Каждый из играющих стремится незаметно добежать до палки первым и стукнуть по ее концу, лежащему на камне, так, чтобы в воздух взлетели маленькие палочки. Водящий старается помешать игрокам сделать это. Если же кому-нибудь из игроков удастся стукнуть по палке и рассыпать маленькие палочки, то водящий опять закрывает глаза. Если же водящему удастся выиграть, то им становится игрок, найденный первым. Чтобы никто не тронул палочки, водящий, найдя кого-либо из прятавшихся, быстро подбегает к длинной палке и громко называет имя найденного, а обнаруженный игрок останавливается и больше не прячется.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ»

Цель

Закрепление темы
«Режим дня, витамины
и здоровье».

Материалы

Мел, два стола, две коробки, два мусорных ведра, два идентичных набора карточек с полезными продуктами и с вредными продуктами (полезные продукты: творог, рыба, молоко, грецкие орехи, морковь, яблоко, гречневая каша, овсяная каша, куриное яйцо, кефир; вредные продукты: газировка, чипсы, леденцы, пирожное, майонез, сосиски, сухарики, шоколадка, жевательные мармеладки, пончики).

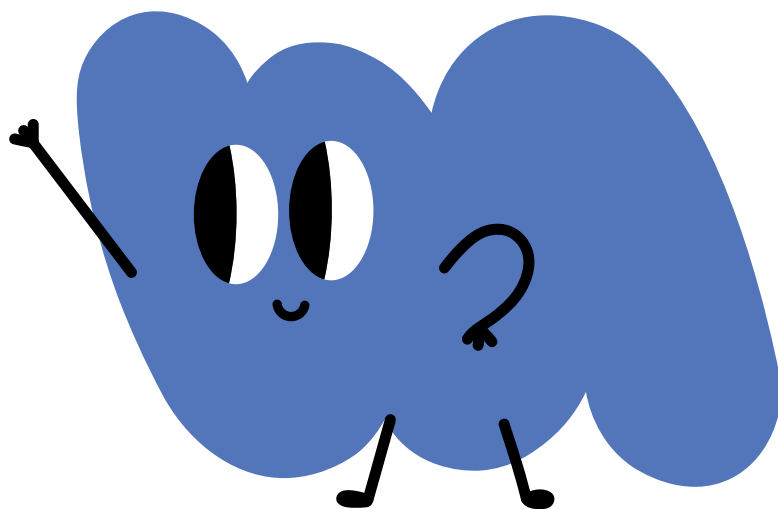
Ход игры

Перед началом игры воспитатель раскладывает карточки с нарисованными продуктами. Дети делятся на две команды, строятся колоннами и встают перед линией старта.

Воспитатель говорит: «Ребята, вы все знаете, что есть продукты, которые дают нам силу и здоровье, а есть продукты, которые только вредят нашему организму? Сегодня мы узнаем, насколько хорошо вы умеете отличать полезное от вредного!»

По команде воспитателя первые игроки из команды бегут к столу, выбирают одну карточку, переворачивают ее, и если карточка с полезным продуктом, то несут ее и кладут в командную коробку, а если на карточке вредный продукт, выбрасывают в мусорное ведро, стоящее рядом со столом. По возвращении к команде игрок передает эстафету второму игроку, хлопнув ему по ладони своей ладонью. Следующий игрок повторяет действия. И т. д. Когда все карточки разобраны, ведущий останавливает игру. Воспитатель проверяет карточки в коробке.

Побеждает команда, которая первой выполнила эстафету и у которой в корзине оказалось меньше карточек с вредными продуктами и меньше выкинутых карточек в мусорное ведро с полезными продуктами.



ДИДАКТИЧЕСКАЯ ИГРА «ПАСПОРТ ЗДОРОВЬЯ»

Цель

Формировать осознанное отношение к своему здоровью, умение анализировать свои привычки.

Материалы

Карточки — «паспорта здоровья» (по числу детей) с разделами: «Моя зарядка», «Мои витамины», «Моя гигиена», «Мой сон», «Мой спорт»; наклейки-символы (солнце — делаю, туча — не делаю); клей-карандаш.

Ход игры

Воспитатель: «У каждого человека есть паспорт. А мы сегодня составим паспорт здоровья! Он покажет, какие полезные привычки у нас есть, а над чем еще нужно работать».

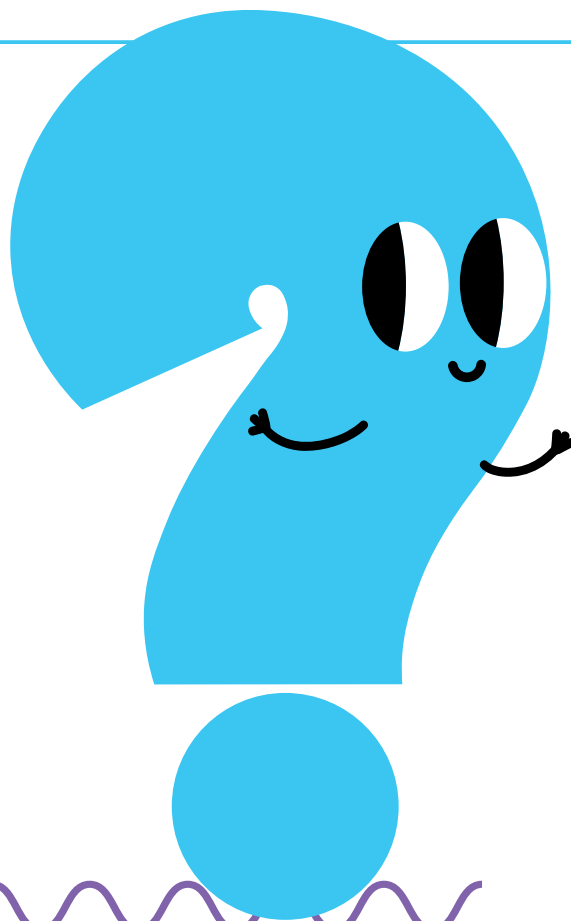
Дети получают свои паспорта.

Воспитатель называет раздел: «Кто делает зарядку каждый день?». Дети, кто делает, клеят солнышко, кто нет — тучку. Потом так же: кто моет руки, кто ест овощи, кто гуляет, кто чистит зубы. В конце — каждый смотрит, чего у него больше: солнышек или тучек.

Воспитатель: «Теперь вы знаете, над чем вам нужно работать. Ответственность за свое здоровье — в ваших руках!»

Вывод: «Здоровый человек — это человек, который сам заботится о себе. А значит, он может заботиться и о своей стране».

Время: 15-17 мин.



ДИДАКТИЧЕСКАЯ ИГРА «КАРТА ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА»

Цель

Учить анализировать свой образ жизни, ставить цели по улучшению здоровья.

Материалы

Большой лист ватмана с силуэтом человека, карточки-зоны: «Сердце — спорт», «Желудок — питание», «Легкие — свежий воздух», «Кожа — гигиена», «Глаза — отдых от телефона», «Мозг — чтение и сон»; цветные стикеры (зеленый — делаю, красный — надо улучшить).

Ход игры

На полу/стене разворачивается карта — силуэт человека.

Ведущий: «Давайте проверим, здоров ли наш человек!» Дети по очереди подходят к каждой зоне и наклеивают стикер: например, «Сердце — я бегаю и делаю зарядку» — зеленый, «Глаза — я долго сижу в телефоне» — красный. Обсуждают каждую зону. В конце видят, где больше красного. Ставят цели: «На этой неделе мы будем больше гулять, чтобы легкие стали зелеными».

Вывод: «Знать свои слабые места — это не стыдно. Стыдно ничего не менять. Ответственность за свое здоровье — это работа над собой каждый день».

Время: 15 мин.

СЛОВЕСНАЯ ИГРА «ПОЛЕЗНЫЙ АЛФАВИТ»

Цель

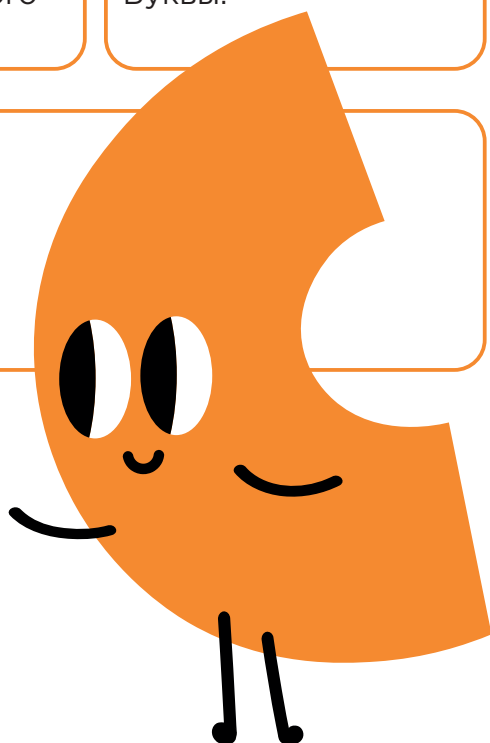
Обогащение словарного запаса, развитие звуко-буквенного анализа, воспитание внимания к здоровью.

Материалы

Буквы.

Ход игры

Воспитатель показывает в алфавитном порядке буквы, предлагает детям на каждую вспомнить правильные продукты или полезные для здоровья занятия. Исправляет ошибки.



СЛОВЕСНАЯ ИГРА «ДА ИЛИ НЕТ»

Цель

Развитие слухового внимания, воспитание внимания к здоровью.

Ход игры

Воспитатель предлагает детям верные и неверные утверждения, дети хором отвечают, объясняют ответы. Зубы нужно чистить один раз в неделю — нет. После еды нужно мыть руки с мылом — перед едой. Холодная вода убивает микробов лучше, чем горячая с мылом, — нет.

МУЗЫКАЛЬНАЯ ИГРА «ОРКЕСТР „БОДРОЕ УТРО“»

Цель

Закрепить последовательность утренних процедур через музыкальное исполнение.

Материалы

Музыкальные инструменты (барабаны, колокольчики, маракасы, ксилофоны, треугольники), карточки-этапы утра (проснулся — колокольчики, умылся — треугольник, зарядка — барабан, завтрак — ложки).

Ход игры

Дети делятся на группы по инструментам.

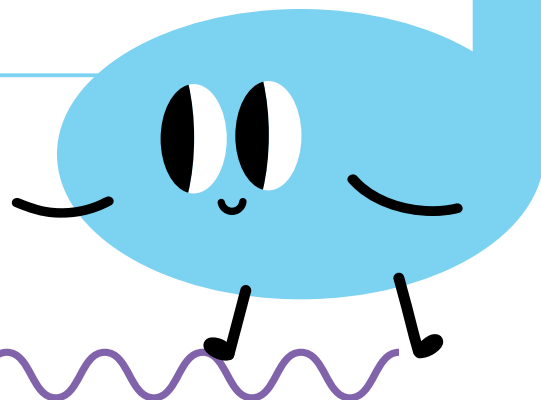
Воспитатель-дирижер показывает карточки по порядку — каждый инструмент вступает и играет свой ритм:

- проснулся (колокольчики) — нежный, пробуждающий звон;
- умылся (треугольник) — звонкий, прозрачный звук;
- зарядка (барабан) — четкий, энергичный ритм;
- завтрак (ложки) — ритмичный, веселый стук.

Можно повторить 2–3 раза. Когда все инструменты играют вместе — это «Симфония бодрого утра». Воспитатель: «Каждое утро мы просыпаемся и заботимся о себе. Это наш ритуал здоровья!»

Вывод: «Утро задает тон всему дню. Начни день с заботы о себе — и ты будешь здоров и силен!»

Время: 12–15 мин.



МУЗЫКАЛЬНАЯ ИГРА «ПАРОВОЗИК ЗДОРОВЬЯ»

Цель

Сформировать и закрепить у детей представления о базовых компонентах здорового образа жизни; формировать навыки сотрудничества и согласованных действий в коллективе; создавать положительный эмоциональный фон, связанный с двигательной активностью.

Материалы

Веселая маршевая музыка, можно использовать бубен или барабан для подачи сигналов.

Ход игры

Дети строятся в колонну — «паровозик». Впереди — «машинист» (ведущий или ребенок). Под музыку «паровозик» едет: шаги, легкий бег, приставные шаги. По сигналу бубна темп меняется: «едем медленно» (тяжелые шаги), «едем быстро» (легкий бег), «тормозим» (плавная остановка). На «станциях» — короткие задания: «Станция Зарядки» — 3 приседания, «Станция Воды» — имитация питья из кружки, «Станция Витаминов» — показать любимое полезное блюдо жестами.

Время: 12–15 мин.



добрыеигры.ру