

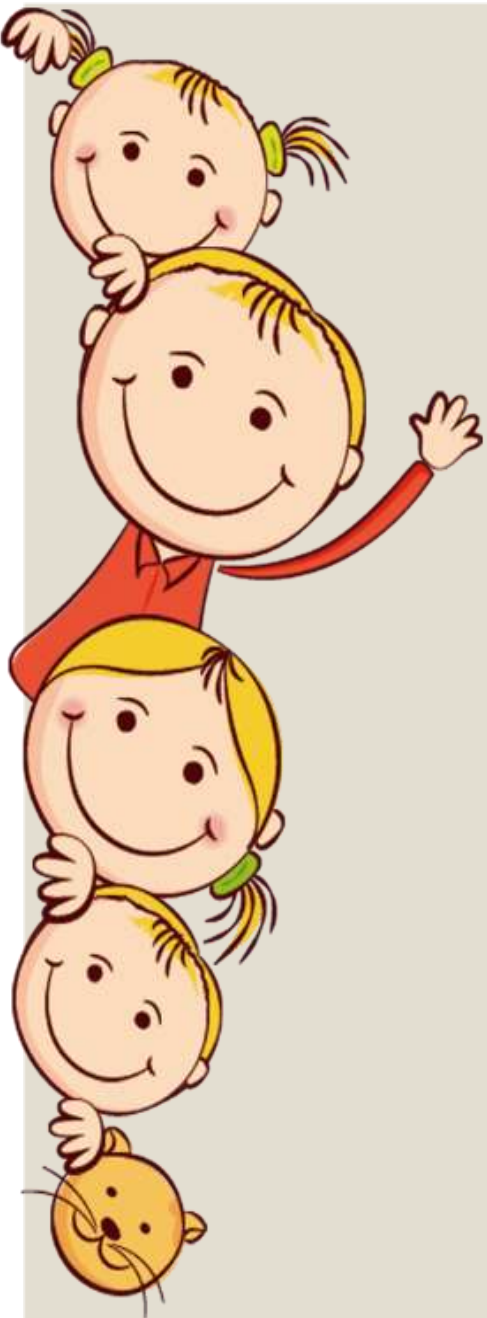
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение № 1 "Красная шапочка" Ярославского муниципального района

# РОЛЬ ИГРЫ В ФОРМИРОВАНИИ НАВЫКА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДОШКОЛЬНИКОВ

Подготовила воспитатель Крапивина Е.Э.

# АКТУАЛЬНОСТЬ

Проблема сохранения и укрепления здоровья человека становится все более острой, так как в современном мире нарастает нагрузка на организм человека. Необходима деятельность, которая будет направлена на сохранение, укрепление и улучшения здоровья. Поэтому проблема формирования представлений детей о здоровом образе жизни является актуальной в современном обществе.



# В детском саду и дома у ребенка следует воспитывать:

- привычку к чистоте, аккуратности, опрятности, порядку;
- основы культурно-гигиенических навыков;
- элементов самоконтроля во время разнообразной деятельности;
- понимание того, как влияют физические упражнения на организм человека, его самочувствие;
- использовать знания о том, что полезно и что вредно для организма.



# Игра

это наиболее доступный и эффективный метод воздействия на ребёнка. Ведь именно игра, являясь естественным спутником жизни ребёнка.



Так, как в детском возрасте игра является основным видом деятельности, можно использовать сюжетно-ролевые игры, дидактические игры, игры-тренинги, игры-забавы, подвижные игры, пальчиковые игры.

# Сюжетно-ролевые игры

## Упражнение «Покажем Мишке, как надо одеваться, чтобы не простудиться»

Цели: закрепить названия зимней одежды и порядок одевания, формировать представление о необходимости заботиться о своем здоровье.

Оборудование: игрушка Мишка, одежда для него.



# Сюжетно-ролевые игры

## Игра «Таня проснулась»

Цель: закреплять знание о том, что при кашле и чихании необходимо прикрывать рот, упражнять в пользовании носовым платком.

Оборудование: кукла, носовой платок, индивидуальные носовые платки.



# Сюжетно-ролевые игры

## **Скорая помощь.**

Цель: закрепить у детей знания и практические умения по оказанию первой помощи.

Оборудование: картинки с изображением медицинских принадлежностей (термометр, бинт, зеленка).





# Сюжетно-ролевые игры

## **Вымоем куклу «Личная гигиена»**

Цель: закреплять знания о предметах личной гигиены для мытья и умывания, последовательность действий, способствовать формированию привычки к опрятности.

Материал: различные предметы и предметы личной гигиены для мытья и умывания, куклы.



# Дидактические игры

## Найди опасные предметы.

Цели: помочь детям запомнить предметы, опасные для жизни и здоровья; помочь самостоятельно сделать выводы о последствиях не осторожного обращения с ними.

Оборудование: нож, ножницы, иголка, утюг.



# Дидактические игры

## **Полезная и вредная еда.**

Цель: закрепить представление детей о том, какая еда полезна, какая вредна для организма.

Оборудование: Карточки зелёного и красного цвета; предметные картинки с изображением продуктов питания (торт, лимонад, копчёная колбаса, пирожные, конфеты, чёрный хлеб, каша, молоко, варенье, сок, овощи, фрукты); поощрительные значки (вырезанные из цветного картона яблоко, морковка, груша).



# Дидактические игры

## «Кому что нужно»

Цель: закрепить знания детей о предметах, необходимых для работы врачу, повару, продавцу.

Материал: 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.

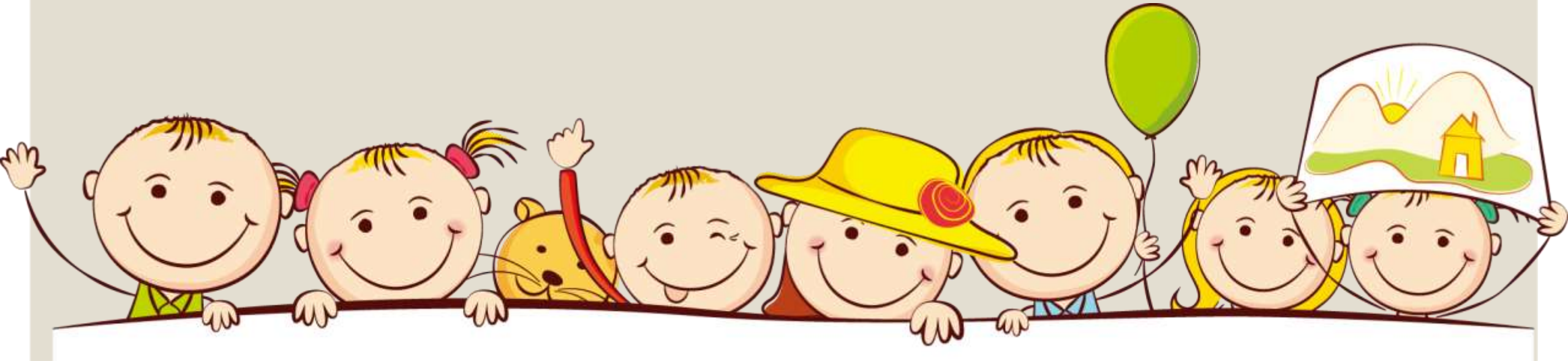


# Дидактические игры

## «Разложи картинки по порядку»

Цель: систематизировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, развивать речь, внимание, память.

Материал: картинки с изображением моментов распорядка дня



# Подвижные игры



Спортивные игры в детском саду могут использоваться не только как средство повышения двигательной активности детей, совершенствования умений и навыков, развития двигательных качеств, но и как мотивация к здоровому образу жизни.

# Подвижные игры

## «Правила гигиены»

Дидактическая задача: закрепить знание правил личной гигиены.

Оборудование: мяч.



# Подвижные игры



## «Зеркало»

Двигательная задача: закрепление умения координировать свои движения.



# Подвижные игры

## «Трамвай»

Цель. Учить детей двигаться парами, согласовывая свои движения с движениями других играющих; учить их распознавать цвета и в соответствии с ними менять движение.



# Подвижные игры

## Ровным кругом

Цель. Учить детей согласовывать свои действия с действиями своих товарищей, развивать находчивость, фантазию



# Подвижные игры

## Кто соберет больше предметов

Цель. Продолжать формировать умение быстро ориентироваться в пространстве, развивать ловкость рук. Учить соблюдать правила игры.



Спасибо за внимание!