**Образовательный проект**

**«Я здоровье берегу»**

**Номинация проекта: семейный проект**

**Участники проекта:**

Дети группы №4

Родители группы

Воспитатель группы Васильева С.И.

**Форма проведения**: работа с детьми, работа с родителями, работа с педагогами, совместная работа.

**Паспорт проекта**

**Название проекта:**

Образовательный проект

«В здоровом теле – здоровый дух».

**Тема проекта:**

«Я здоровье берегу».

**Тип проекта**:

Практико – оздоровительный, групповой.

**Продолжительность**:

краткосрочный.

**Сроки реализации проекта**:

1.02.16 – 19.02.16

**Цель:** **Установление сотрудничества учреждения дошкольного образования и семьи в вопросах распространения и обмена опытом укрепления физического и психического здоровья детей.**

**Задачи**:

**Для работы с детьми:**

Способствовать воспитанию бережного отношения детей к своему здоровью.

Способствовать привитию культурно-гигиенических навыков.

Создать условия для формирования привычки к ежедневным физическим упражнениям.

**Для педагогов:**

Создать условия для повышения компетентности педагогов за счет изучения и подготовки материала для реализации проекта.

Обогащение и оснащение физкультурного уголка: картотека д\игр, иллюстрации, картотека подвижных игр, плакаты.

Изучить интересы и мнения родителей к проблеме сохранения и укрепления здоровья детей.

**Для работы с родителями:**

Способствовать расширению представлений родителей о значимости сохранения и укрепления здоровья.

Создать условия для формирования потребности семьи (родителей) ребенка в здоровом образе жизни**.**

Создать условия для обогащения детско – родительских взаимоотношений при проведении совместных мероприятий, уделяя при этом особое внимание пропаганде здорового образа жизни, закаливанию, профилактике заболеваний, сохранению и укреплению физического здоровья детей.

**Проблема:** Возрастание количества детей с частыми простудными заболеваниями, излишним весом, нарушением осанки, плоскостопием, хроническими заболеваниями.

**Обоснование проблемы:** недостаточная осведомлённость родителей о важности физического воспитания детей. Негативная статистика по образу жизни в семье (снижение физической активности, несбалансированное питание, несоблюдение режима дня, вредные привычки). Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превращается сейчас в первоочередную социальную проблему.

**Актуальность:** В настоящее время все острее встает проблема болезненности населения. Все чаще мы узнаем о новых болезнях, которые добавляет нам экология, загрязненность воды, ненатуральные продукты питания. Самое дорогое для человека – это здоровье и нужно беречь его, когда оно еще есть. Каждый родитель хочет видеть своего ребёнка здоровым и счастливым, ведь ребенок – это их будущее. Ведь каждый человек продолжается в своих детях, внуках, потомках. И важно, чтобы это продолжение было достойными здоровым. Сегодня важно формировать и поддерживать у родителей интерес к оздоровлению себя и своих детей, помочь им понять, что здоровье означает не только отсутствие болезней, но и психическое и социальное благополучие. Проблемы детского здоровья нуждаются в новых подходах, партнерских отношениях учреждения дошкольного образования и семьи.

**Предполагаемый результат:**

Расширение у детей представлений о здоровом образе жизни.

Дети стремятся как можно больше узнать о факторах, обеспечивающих здоровье.

Дети могут элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь взрослого в случае недомогания.

Дети стремятся к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, соблюдению режима дня, правил безопасного поведения.

Повышение родительской компетентности по сохранению и укреплению здоровья детей.

Повышение мотивации родителей и детей и приобщение к ведению здорового образа жизни, к физической культуре в повседневной жизни и на активном отдыхе.

Установление дружеского взаимопонимания и делового контакта с родителями в вопросах здоровьесбережения и воспитания у детей привычки к здоровому образу жизни.

Распространение опыта работы по охране и укреплению здоровья дошкольников.

Повышение профессиональной компетентности и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья.

**Этапы проекта:**

**1 этап - подготовительный**

**1 неделя 1.02.16 -5.02.16**

формулирование цели и задач проекта.

Изучение литературы по теме проекта.

Изучение интернет - ресурсов по теме проекта.

Анализ предметной среды группы.

Подбор музыкально – художественного, литературного материала для реализации проекта.

Изготовление дидактического и демонстрационного материала, картотеки физкультминуток, пальчиковых игр, дыхательной гимнастики, гимнастики после сна, подвижных игр.

Подбор наглядно – методического материала.

Изготовление атрибутов для спортивного развлечения.

Привлечение родителей к изготовлению атрибутов для подвижных игр.

Подбор фотографий для создания коллажа и стенгазеты.

Подбор раскрасок.

Подбор мультфильмов по теме.

Разработка консультаций, рекомендаций наглядно агитационной информации для родителей по физическому воспитанию и оздоровлению детей.

**2 этап – основной - реализация проекта**

**2 недели 8.02.16 – 19.02.16**

практическая деятельность по решению проблемы; планирование совместной деятельности, сбор и систематизация информации, поисковая деятельность детей и взрослых.

Проведение бесед, дидактических игр по расширению представлений о здоровом образе жизни, профилактических мероприятий для сохранения и укрепления здоровья, выставка рисунков детей. Консультации для родителей. Совместная работа с педагогами.

Создание в группе условий для реализации проекта: выставка книг о здоровье и спорте, иллюстрации на тему «Здоровье», «Гигиена» и «Спорт», презентация для детей «У здоровья есть враги - с ними дружбу не води», просмотр мультфильмов.

**3 этап. - Итог**

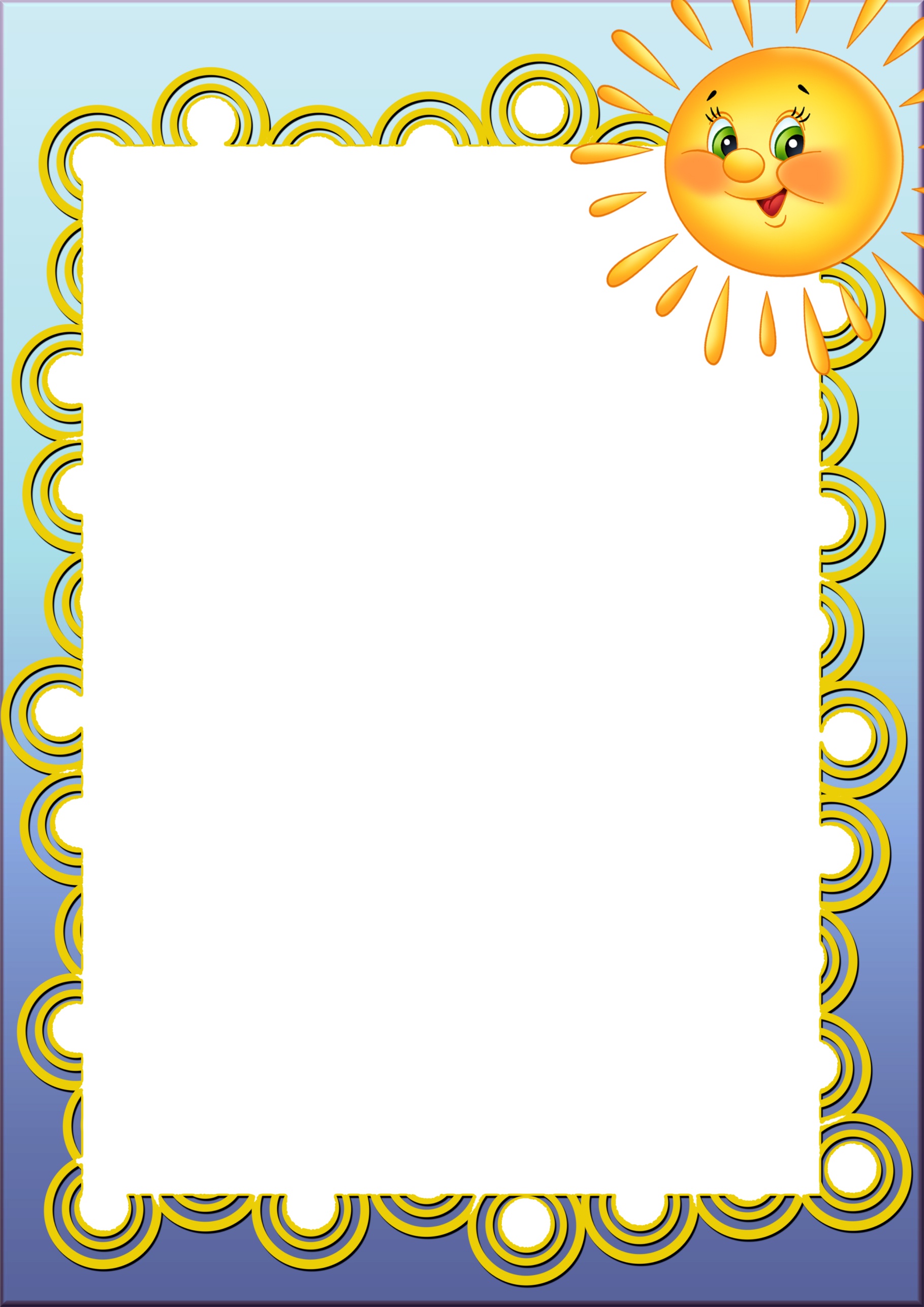
Презентация проекта «В здоровом теле – здоровый дух», размещение на официальном сайте учреждения, выставка детских рисунков, благодарность детям и родителям за участие в реализации проекта, распространение опыта.

Благодарность родителям и детям за участие в реализации проекта.

**Итоги:** в конце проекта у детей сформировалось устойчивое понятие о соблюдении правил личной гигиены, о здоровом образе жизни, о полезных и вредных продуктах, о соблюдении правил безопасности для сохранения жизни и здоровья, о пользе физических упражнений и занятий портом для укрепления здоровья. Родители были заинтересованы темой, получили новую и полезную информацию, были довольны полученными результатами от участия в проекте. В ходе проекта родители получили дополнительные знания о важности физического воспитания детей и здорового образа жизни. Повысилась профессиональная компетентность и заинтересованность педагогов в сохранении и укреплении здоровья детей.

**Возможность распространения:** публикация в сети интернет. Распространение консультаций для родителей.

|  |  |
| --- | --- |
| **Проектная карта «Я здоровье берегу».** | |
| **1 неделя** | |
| **1.02.16 -5.02.16**  **Подготовительный этап** | * формулирование цели и задач проекта. * Изучение литературы по теме проекта. * Изучение интернет - ресурсов по теме проекта. * Анализ предметной среды группы. * Подбор музыкально – художественного, литературного материала для реализации проекта. * Изготовление дидактического и демонстрационного материала, картотеки физкультминуток, пальчиковых игр, дыхательной гимнастики, гимнастики после сна, подвижных игр. * Подбор наглядно – методического материала. * Изготовление атрибутов для спортивного развлечения. * Привлечение родителей к изготовлению атрибутов для подвижных игр. * Подбор фотографий для создания коллажа и стенгазеты. * Подбор раскрасок.. * Подбор мультфильмов по теме. * Разработка консультаций, рекомендаций наглядно агитационной информации для родителей по физическому воспитанию и оздоровлению детей. |
| **2 неделя** | |
|  | **Решение поставленных задач с детьми** |
| **Понедельник – «Точка, точка, запятая – вышла рожица смешная, ручки, ножки, огуречик – получился человечек»**  **8.02.16** | * **Занятие по образовательной области «Ребенок и общество»**   **«Из чего мы сделаны**?» |
| **Решение поставленных задач с детьми в нерегламентированной деятельности** |
| * Утренняя гимнастика «Мы здоровячки» - создание условий через физ. активность развивать у детей желание быть сильными, ловкими и здоровыми. Профилактическая гимнастика (самомассаж «Наши ушки», дыхательная гимнастика «Чудо - нос», гимнастика для глаз «Глазки видят всё вокруг», улучшение осанки, профилактика плоскостопия). * Рассматривание детского иллюстрированного плаката «Анатомия человека». * Д\и «Умею – не умею» * Ц.: способствовать систематизированию представлений детей о частях тела, развивать речь, воспитывать умение слушать друг друга. * Д\и «Что было бы, если бы…, * Ц.: способствовать осознанию ребенком уникальности своего организма. * П\И «Говорящее тело» * Ц.: сособствовать закреплению у детей знаний о частях тела, развитие координации движений * Отгадывание загадок о частях тела * Ц.: способствовать развитию логического мышления. * д/и «Кто я такой?» * ц.: создать условия для упражнения детей в умении правильно называть части тела человека, умении различать девочек и мальчиков. * Чтение Н. Денисов «Мизинчик» * Ц.: способствовать восприятию художественной литературы. * Опытно – экспериментальная деятельность – измерение роста детей. * Подготовка к с/р игре «Поликлиника» ц.: создать условия и помочь организовать игровое пространство, атрибуты к игре. |
| **Вторник – «День чистоты»**  **9.02.16** | **Решение поставленных задач с детьми** |
| * **Речевое развитие**. Беседа - сказка «В стране Болючке». Создание условий для обогащения словаря детей, развития связной речи посредством ознакомления с правилами здорового образа жизни. * **Занятие по образовательной области искусство: художественная деятельность: рисование**. По стихотворению А. Барто «Девочка чумазая». * **Ц**.: Создание условий для появления у детей интереса к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием здоровья, к соблюдению культурно – гигиенических навыков. * **Физическая культура «**Здоровишка» * **Ц.:** Создание условий для развития двигательной активности детей, координации движения, укрепления мышц тела.. |
| **Решение поставленных задач с детьми в нерегламентированной деятельности** |
| * Утренняя гимнастика «Мы здоровячки» - создание условий через физ. активность развить у детей желание быть сильными, ловкими и здоровыми. Профилактическая гимнастика (дыхательная гимнастика «Косим траву», гимнастика для глаз «А сейчас всем гимнастика для глаз», улучшение осанки, самомассаж для профилактики ОРЗ «Утка и кот», профилактика плоскостопия). * Чтение потешек о чистоте во время режимных моментов. * Беседа «Как правильно чистить зубки?» (привлечение медицинского работника). * Чтение стихотворения К . Чуковского «Мойдодыр». * Рассматривание иллюстраций к стихотворению «Мойдодыр» * Д\у«Правила гигиены».Способствовать уточнению представлений детей опредметахличной гигиены, формированию навыков здорового образа жизни * Раскраски «Предметы гигиены» * Наблюдение за трудом младшего воспитателя. * П\и «Чей домик». Способствовать развитию быстроты, умения бегать в разном темпе. * Игра «Где мы были, что мы делали?». Способствовать закреплению культурно-гигиенических навыков (умывание, одевание, чистка зубов, причёсывание, купание), формированию умения показывать эти движения при помощи мимики и жеста и отгадывать по показу. * Д\и «Чей силуэт» Способствовать развитию логического мышления. * С\р игра **«**Игрушки у врача»Способствовать развитию умения детей ухаживать за больными и пользо­ва­ться меди­цин­с­кими инструментами, воспи­танию в детях внимательность, чуткость, расши­рению словар­ного запаса: ввести поня­тия «больница», «больной», «лечение», «лекарства», «температура», « «стационар». С.у. и помочь организовать игровое пространство, подобрать атрибуты к игре. * Просмотр мультфильма «Королева зубная щётка». |
| **Среда – «День неболейки»**  **10.02.16** | **Решение поставленных задач с детьми** |
| * **Занятие по образовательной области «ФЭМП»** «Веселая гимнастика». Счет в пределах 5». Создание условий для упражнения детей в счете в пределах пяти, умения соотносить количество с цифрой. * **Физическая культура на прогулке** «Мы – спортсмены» Способствовать обогащению двигательного опыта, уверенному выполнению основных элементов техники общеразвивающих упражнений в соревновательных играх. |
| **Решение поставленных задач с детьми в нерегламентированной деятельности** |
| * Утренняя гимнастика «Мы здоровячки» - создание условий через физ. активность развить у детей желание быть сильными, ловкими и здоровыми. Профилактическая гимнастика (дыхательная гимнастика «Вырасти большой», гимнастика для глаз «Тренировочка», улучшение осанки, самомассаж ног «Божьи коровки»,профилактика плоскостопия). * Д\и «Вредно - полезно». Способствовать закреплению знаний о вредных и полезных продуктах. * Проблемная игровая ситуация «Если кто-то заболел». Способствовать закреплению знаний о том, что при серьёзной симптомах болезни необходимо вызвать врача, «скорою помощь», позвонив по номеру «03», развитию умения правильно вызывать врача. * П\и «Пройди, не замочив ноги», «Море волнуется…» * Д\и «Путешествие в страну здоровья». Способствовать закреплению у детей представления о том, как помочь себе и другим оставаться всегда здоровыми * Чтение С. Михалков «Прививка» Способствовать расширению знаний о необходимости прививок через художественную литературу. * Д\и Разрезные картинки на тему «Здоровье». Способствовать развитию логического мышления. * д/и «Оденем кукол на прогулку». Способствовать закреплению знаний о временах года, сезонных изменениях, расширению знаний о том, как правильно одеваться по погоде. * С\р игра «Аптека». ». С.у. и помочь организовать игровое пространство, подобрать атрибуты к игре. Способствовать расши­рению знаний о профес­сиях работ­ни­ков аптеки: фарма­цевт делает лекарства, кассир-продавец продает их, заве­ду­ющая апте­кой зака­зы­вает нужные травы и другие препа­раты для изго­тов­ле­ния лекарств, расши­рить словар­ный запас детей: «лекарственные препараты», «фармацевт», «заказ», «лекарственные растения». |
| **Четверг – «День витаминки»**  **11.02.16** | **Решение поставленных задач с детьми** |
| * **Занятие по образовательной области искусство: художественная деятельность: аппликация** «Витаминная корзина» способствовать возникновению желания у детей создавать композицию из геометрических деталей разного размера; развитию эстетического вкуса, самостоятельности; воспитанию желания проявлять в работе фантазию. |
| **Решение поставленных задач с детьми в нерегламентированной деятельности** |
| * Утренняя гимнастика «Мы здоровячки» - создание условий через физ. активность развить у детей желание быть сильными, ловкими и здоровыми. Профилактическая гимнастика (дыхательная гимнастика «Надуй шарик», гимнастика для глаз «Послушные глазки», улучшение осанки, самомассаж глаз «Ириски от киски», профилактика плоскостопия). * Знакомство с пословицами и поговорками на тему «Здоровье». * Пальчиковая гимнастика «Апельсин». Способствовать развитию мелкой моторики рук. * П\и – эстафета «Соберём в корзинку витаминки». Способствовать развитию быстроты и ловкости. * Д\и «Чудесный мешочек» Способствовать уточнению названия фруктов, овощей, формированию умения определять их на ощупь, называть и описывать. * Беседа « Витаминки я люблю – быть здоровым я хочу». Способствовать расширению представлений детей о значимости витаминов для укрепления здоровья. * Раскрашивание «Овощи и фрукты». Способствовать развитию умения закрашивать фигуру, не выходя за контуры. * С\р игра «Аптека». ». С.у. и помочь организовать игровое пространство, подобрать атрибуты к игре. Способствовать расши­рению знаний о профес­сиях работ­ни­ков аптеки: фарма­цевт делает лекарства, кассир-продавец продает их, заве­ду­ющая апте­кой зака­зы­вает нужные травы и другие препа­раты для изго­тов­ле­ния лекарств, расши­рению словар­ного запаса детей: «лекарственные препараты», «фармацевт», «заказ», «лекарственные растения». |
| **Пятница – «Мой режим дня»**  **12.02.16** | **Решение поставленных задач с детьми** |
| * **Занятие по образовательной области «искусство: художественная деятельность:** лепка». «Дети на прогулке». Способствовать формированию умения составлять коллективную сюжетную композицию;   Создать условия для закрепления умения использовать комбинированный способ лепки человеческой фигурки, приёмов скатывания, раскатывания, сплющивания, примазывания;   * **Физическая культура «**Здоровишка» Создание условий для развития двигательной активности детей, координации движения, укрепления мышц тела. |
| **Решение поставленных задач с детьми в нерегламентированной деятельности** |
| * Утренняя гимнастика «Мы здоровячки» - создание условий через физ. активность развить у детей желание быть сильными, ловкими и здоровыми. Профилактическая гимнастика (дыхательная гимнастика «Надуй шарик», гимнастика для глаз «Послушные глазки», улучшение осанки, профилактика плоскостопия, самомассаж «Жарче, дырчатая тучка»). * Рассматривание иллюстрированного плаката «Режим дня дошкольника». * Составление рассказа на тему «Мой режим дня». * Слов. игра «Доскажи словечко». Способствовать развитию умения подбирать слова по значению. * Д\и «Разложи по порядку». Способствовать закреплению знаний детей о режиме дня, умению раскладывать картинки по – порядку. * Чтение Л. Воронковой «Маша - растеряша». Способствовать восприятию художественной литературы. * **Коллективная аппликация «Режим дня»**способствовать умению на листе ,оформленном в виде часов, наклеить готовые формы сказочных персонажей и животных, выполняющих различные режимные моменты(спит, ест, гуляет, читает, играет, делает зарядку) на соответствующее место на часах. * П\и «День - ночь». Способствовать развитию внимания, быстроты реакции. * Просмотр мультфильма «Как Маша поссорилась с подушкой». * С\р и « Семья». Создать условия и помочь организовать игровое пространство, подобрать атрибуты к игре. |
| **3 неделя** | |
| **Понедельник – «Моя безопасность и здоровье»**  **15.02.16** | **Решение поставленных задач с детьми** |
| * **Занятие по образовательной области «Ребенок и общество».** «Будем природу беречь, чтоб здоровыми быть Создание условий для расширения знаний детей о влиянии загрязнения природы на здоровье человека. |
| **Решение поставленных задач с детьми в нерегламентированной деятельности** |
| * Утренняя гимнастика **«Будь здоров»** - создание условий через физ. активность развить у детей желание быть сильными, ловкими и здоровыми. Профилактическая гимнастика (дыхательная гимнастика «Ветерок», гимнастика для глаз «Стрекоза», улучшение осанки, профилактика плоскостопия гимнастика «дедушка Егор») * Развивающая игра «Вредные и полезные продукты».Способствоватьсистематизированию представлений детей о вредных и полезных продуктах, умению их дифференцировать, формированию потребности заботиться о своём здоровье. * Д\ и «Приготовим полезное блюдо». Способствовать развитию мышления, закреплению знаний о полезных и вредных продуктах. * Чтение С.Михалков «Овощи». Способствовать восприятию художественной литературы. * Лепка из соленого теста «Продукты для магазина». Создать условия для развития умения лепить предметы овальной, круглой формы из соленого теста. Способствовать возникновению желания изготавливать атрибуты для игры «магазин». * С\р игра «Магазин». Создать условия и помочь организовать игровое пространство, подобрать атрибуты к игре. Способствовать расши­рению знаний о профес­сиях работ­ни­ков магазина: кассир-продавец продает их, заве­ду­ющая магазином зака­зы­вает нужные продукты расши­рению словар­ного запаса детей: полезные и вредные продукты. * П\и «Кто быстрее совершит покупки». Способствовать развитию внимания, быстроты. |
| **Вторник – «Самые полезные продукты»**  **16.02.16** | **Решение поставленных задач с детьми** |
| * **Занятие по образовательной области «Развитие речи и культура речевого общения»** * «Экскурсия на кухню» Способствовать углублению знаний детей о труде повара, о том как, из чего и какие блюда готовят в садике для детей, чтобы было вкусно и полезно. * **Занятие по образовательной области «искусство: художественная деятельность: рисование**» * По рассказу «Волшебная тыква» А.Гребенкина. Способствовать закреплению одной из основных тем здорового образа жизни - питание, формированию у детей интереса к собственному организму, правильному выбору продуктов питания. * **Физическая культура «**Здоровишка» Создание условий для развития двигательной активности детей, координации движения, укрепления мышц тела.. |
| **Решение поставленных задач с детьми в нерегламентированной деятельности** |
| * Утренняя гимнастика **«Будь здоров»** - создание условий через физ. активность развить у детей желание быть сильными, ловкими и здоровыми. Профилактическая гимнастика (дыхательная гимнастика «Ветерок», гимнастика для глаз «Медведь», улучшение осанки, профилактика плоскостопия, самомассаж «Дождик»). * Д\и «Полезная и вредная еда». С\у для закрепления знания : какая еда полезная, какая вредная. * С\р игра «Повар» С\у и помочь организовать игровое пространство, подобрать атрибуты к игре. Способствовать расширению знаний о профессии - повар, расширению словарного запаса детей: меню, здоровое питание, тепловая обработка. * Художественно – эстетическое развитие. Лепка:   Изготовление печенья из « теста для лепки» с помощью формочек. Способствовать развитию желания изготавливать атрибуты для игры «Повар» своими руками.   * П\И «Кабачок» способствовать развитию навыков танцевальных движений, умения играть по правилам. |
| **Среда – «Наши эмоции и здоровье».**  **17.02.16** | **Решение поставленных задач с детьми** |
| * **Занятие по образовательной области «ФЭМП»** «Веселая гимнастика». Счет в пределах 5». Создание условий для упражнения детей в счете в пределах пяти, умения соотносить количество с цифрой. * **Физическая культура на прогулке**. «Мы – спортсмены» Способствовать обогащению двигательного опыта, уверенному выполнению основных элементов техники общеразвивающих упражнений в соревновательных играх. * **Занятие по образовательной области «Ребенок и общество»** «Мое настроение» Способствовать развитию самосознания через развитие умения определять базовые эмоции (радость, грусть, злость);помочь детям осознать свои некоторые эмоциональные состояния освободиться от негативных эмоций. |
| **Решение поставленных задач с детьми в нерегламентированной деятельности** |
| * Утренняя гимнастика «Звериная зарядка» поддерживать детей в стремлении к двигательной активности, укреплению здоровья через физические упражнения. Профилактическая гимнастика (дыхательная гимнастика «Паровозик»; гимнастика для глаз «Облачко». Улучшение осанки профилактика плоскостопия, самомассаж). * П\И «Найди свой домик». С\у для развития у детей умения группироваться по признаку величины. называть свои фигуры и уметь объяснить, почему они так встали. П/И «Перепрыгни». С\у для удовлетворения потребности в движении и стабилизации эмоций, развития умения владеть своим телом. * Создание коллажа «Мое настроение». * Игра «Хорошо - плохо». * Д\И «Разложи картинки по порядку»С\У для систематизации представления детей о здоровье и здоровом образе жизни; для развития речи, внимания, памяти. * С\Р игра «Цирк». С/у и помочь организовать игровое пространство, подобрать атрибуты к игре, помочь создать эмоциональный фон. |
| **Четверг - «Спорт – это здоровье».**  **18.02.16** | * **Решение поставленных задач с детьми** |
| * **«Художественная** **литература.» Д.Дербенева Сказка про Ивана и Бабу Ягу.** * **Чтение познавательной сказки.** Создать условия для развития умения эмоционально воспринимать сказку, рассуждать о поступках героев произведения. |
| **Решение поставленных задач с детьми в нерегламентированной деятельности** |
| * У\гимнастика «Разминка» поддерживать детей в стремлении к двигательной активности. С\у для развития у детей желания заниматься спортом, укреплять свое здоровье. Профилактическая гимнастика: дыхательная гимнастика «Самолетики», гимнастика для глаз и массаж для носа «Зайка»: * П\И «Цапля» С\у для развития у детей координации Побуждать к активному и здоровому образу жизни. * Д/И «Разложи картинки по порядку» С/у для систематизации представлений о здоровом образе жизни, развития речи, внимания ,памяти. * Игра-эстафета: «Мой веселый звонкий мяч». Соревнования между группами» (средняя группа и старшая группа). » Создание условий для развития двигательной активности детей, координации движения, укрепления мышц тела.. * Рассматривание иллюстраций, фотографий, картин  о спорте. * Н/и «Настольный хоккей». * Художественно – эстетическое развитие. Рисование. «Мы со спортом крепко дружим» (выставка рисунков). Способствовать формированию понимания необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни; привитию любви к физическим упражнениям, закаливанию; развитию воображения и творчества. * П/и с мячами для фитнеса. Способствовать развитию умения держать равновесие, укреплению осанки, укреплению мышц тела. * Лото «Спорт». Способствовать развитию мышления, закреплению знаний видов спорта. * С\р игра «Магазин спорттоваров». С/у и помочь организовать игровое пространство, подобрать атрибуты к игре, помочь создать эмоциональный фон. |
|  | **Решение поставленных задач с детьми** |
| **Пятница – «Сохрани свое здоровье сам»**  **19.02.16** | **Занятие по образовательной области «искусство: художественная деятельность: л**епка» «Путешествие в страну здоровья». Способствовать формированию умения составлять коллективную сюжетную композицию;  Создать условия для закрепления умения использовать различные приёмов лепки: скатывания, раскатывания, сплющивания, примазывания; развитию творчества и воображения.  **Занятие по образовательной области «Ребенок и природа».** «Посадка лука». Создать условия для развития познавательной деятельности детей, углублению знаний о полезных свойствах лука. Способствовать формированию умения подготавливать инструменты, рабочее место и убирать за собой в конце занятия.   * **Физическая культура «**Здоровишка» Создание условий для развития двигательной активности детей, координации движения, укрепления мышц тела. |
| **Решение поставленных задач с детьми в нерегламентированной деятельности** |
| * Утренняя гимнастика» Здоровью скажем – да!». Создание условий через физ. активность развить у детей желание быть сильными, ловкими и здоровыми. Профилактическая гимнастика (дыхательная гимнастика «Ветерок», гимнастика для глаз «Стрекоза», улучшение осанки, профилактика плоскостопия «Медведюшка»). * Чтение  "Вовкина победа" А. Кутафин. Способствовать восприятию художественной литературы. * Презентация для детей «У здоровья есть враги - с ними дружбу не води». Способствовать углублению знаний детей о здоровье и вредных факторах, способствующих его ухудшению через внедрение ИКТ. * Загадки о здоровье. * Д\и Разрезные картинки «Что нужно для здоровья?» * Общение: «Что нужно чтоб здоровым быть всегда?» * Игра «Съедобное - несъедобное». * Экспериментирование со снегом. Определение того, что снег белый и чистый только на вид, но на самом деле на него оседает сажа, выхлопные газы, пыль. В ходе эксперимента помочь детям сделать вывод, что снег грязный, его нельзя есть, нельзя сосать сосульки. * Эстафета «День весёлых эстафет». Способствовать формированию навыков здорового образа жизни. Создать условия для развития физических качеств укрепления здоровья. * С\р игра «Семья» и «Больница». Создать условия и помочь объединить сюжеты, организовать игровое пространство. * Проведение игры «Зарничка». Создание условий для развития двигательной активности детей, координации движения, укрепления мышц тела, для привития детям здорового образа жизни. |
| **Решение поставленных задач с родителями** | |
| * Разучивание с детьми стихотворений и пальчиковых игр, дыхательных гимнастик, самомассажей, чтение художественной литературы по данной теме * Выставка рисунков «В здоровом теле здоровый дух» * Пополнение спортивного уголка в группе атрибутами * Фото – коллаж «Неделя здоровья» * Консультации для родителей: * «Больше внимания осанке» * «Зачем нужны прививки» * «Семь родительских заблуждений о морозной погоде» * «Практические приемы массажа и самомассажа, как способ развития мелкой моторики» * «Профилактика плоскостопия» * Правила для родителей «как повысить иммунитет» * «Мама первый стоматолог» * «Двигательная активность и здоровье ребенка» * «Здоровый образ жизни в семье» * Стендовая информация, посвященная здоровому образу жизни * Анкета для родителей «Спорт в вашей семье?» * Тест для родителей «Почему ваш ребенок часто болеет?» * Принятие участия в игре «Зарничка» * Приглашение к принятию участия в спортивном мероприятии «Лыжня» | |
| **Решение поставленных задач с педагогами.** | |
| * Разучивание с музыкальным руководителем музыкальных игр по здоровьесберегающим технологиям * Проведение игр – эстафет, игры «Зарничка» * Представление опыта по наработанным материалам по данной теме на педагогическом совете * Презентация проекта | |



**Картотека игрового самомассажа.**

**Картотека игрового самомассажа.**

|  |  |
| --- | --- |
| **« Утка и кот »**  **Массаж биологически активных зон для профилактики простудных заболеваний**    **А уточки, а уточки**  **Все топают по улочке.**  **Идут себе вразвалочку**  **И крякают считалочку.**  **Утка крякает, зовет.**  Поглаживать шею ладонями сверху  **Всех утят с собою,**вниз.  **А за ними кот идет,**Указательными пальцами растирать  **Словно к водопою.**крылья носа.  **У кота хитрющий вид,**Пальцами поглаживать лоб от серединык вискам.  **Их поймать мечтает!**  **Не смотри ты на утят-**                                    Раздвинуть указательный и средний  **Не умеешь плавать!**пальцы, сделать «вилочку» и массировать  точки  около уха. | **«Дождик»**  **Массаж спины под песню Е. Поплянской (сб. «А мы на уроке – играем»)**  **Дождик бегает по крыше-**Встать друг за другом «паровозиком»  **Бом! Бом! Бом!**и похлопывать друг друга по спине**.**  **По веселой звонкой крыше-**  **Бом! Бом! Бом!**  **Дома, дома посидите-**Постукивание пальчиками**.**  **Бом! Бом! Бом!**  **Никуда не выходите-**  **Бом! Бом! Бом!**  **Почитайте, поиграйте-**Поколачивание кулачками**.**  **Бом! Бом! Бом!**  **А уйду-тогда гуляйте-**  **Бом! Бом! Бом!**  **Дождик бегает по крыше-**Поглаживание ладошками**.**  **Бом! Бом! Бом!**  **По веселой звонкой крыше-**  **Бом! Бом! Бом!** |
| **«Чтобы не зевать от скуки»**  **Оздоровительный массаж всего тела: быстрые, частые хлопки на соответств. слова**  **Чтобы не зевать от скуки,                                                 Постучим и тут, и там,**  **Встали и потерли руки,                                                      И немного по бокам.**  **А потом ладошкой в лоб                                                    Не скучать и не лениться!**  **Хлоп-хлоп-хлоп.                                                                   Перешли на поясницу.**  **Щеки заскучали тоже?                                                      Чуть нагнулись, ровно дышим,**  **Мы и их похлопать можем.                                               Хлопаем как можно выше.**  **Ну-ка дружно, не зевать:**  **Раз-два-три-четыре-пять*.                                       Муз.рук-тель показывает ежика.***  **Вот и шея. Ну-ка, живо**  **Переходим на загривок.                                                    По сухой лесной дорожке-**  **Топ-топ-топ-топочут ножки.**  **А теперь уже, гляди,                                                           Ходит-бродит вдоль дорожек**  **Добрались и до груди.                                                        Весь в иголках серый ежик.**  **Постучим по ней на славу:**  **Сверху, снизу, слева, справа.**(вставка про ежика для сказки                                                                                                   «Рукавичка») | **«Летели утки»**    **Дети садятся на ковер, где проводится массаж лица.**  **Летели утки.**  Слегка касаясь пальцами,  **Над лесной опушкой,**провести по лбу 6 раз  **Задели ели.**  Слегка касаясь пальцами,  **Самую макушку,**провести по щекам 6 раз  **И долго елка**Указательными пальцами  **Ветками качала…**массировать крылья носа                                                                                     по кругу от себя |
| **«Гусь »**  **Дети садятся на ковер и делают массаж пальцев**  **Где ладошка?  Тут? Тут!**                                            Показывают правую ладошку.  **На ладошке пруд? Пруд!**Гладят левой ладонью правую.  **Палец большой-**Поочередно массируют  **Это гусь молодой,**каждый палец.  **Указательный-поймал,**  **Средний-гуся ощипал,**  **Безымянный-суп варил,**  **А мизинец-печь топил.**  **Полетел гусь в рот,**Машут кистями, двумя ладонями,  **А оттуда в живот.**прикасаются ко рту, потом к животу  **Вот!**Вытягивают ладошки вперед. | **« Наши ушки »**  **Дети выполняют массаж ушей.**  **1. Загнуть руками уши вперед (4 раза); прижать руками ушные раковины, затем отпустить; потянуть руками мочки ушей в стороны, вверх, вниз, отпустить (4 раза);**  **Указательным пальцем освободить слуховые отвороты от «воды».**  **2. Загибание вперед ушных раковин: быстро загнуть вперед всеми пальцами, при-жать, резко отпустить.**(Способствует улучшению самочувствия всего организма)  **3. Оттягивание ушных раковин: кончиками большого и указательного пальцев потянуть вниз обе мочки ушей 5-6 раз.**(Полезно при закаливании горла и полости рта)  **4. Массаж козелка: захватить большим и указательным пальцами козелок. Сдавли-вать. Поворачивать его во все стороны в течение 20-30 секунд.**(Массаж стимулирует функцию надпочечников, укрепляет нос, горло, гортань, помогает при аллергии)  **5. Растирание ушей ладонями.** |
| **« Кто пасется на лугу »**  **Дети выполняют массаж спины**  **Далеко, далеко.**  Встать друг за другом паровозиком, положить руки  на                                                             плечи впередистоящего ребенка и похлопать по плечам.  **На лугу пасутся**  Загнуть большой палец на правой руке и рисовать четырьмя остальными пальцами змейку вдоль позвоночника впередистоящего.  **Ко…**  Покачать плечами вперед-назад.  **-Козы?**Наклонить голову вперед  **Нет, не козы!**Покачать головой вправо-влево.  **Далеко, далеко.**  Повернуться на 180 и повторить движения 1 куплета  **На лугу пасутся**  **Ко…Кони? Нет, не кони!**  **Далеко, далеко.**  Опять повернуться на 180 и повторить те же движения  **На лугу пасутся**  **Ко…Коровы?**  Повернуться на 90, покачать головой, руки на поясе  **Правильно, коровы!**  **Пейте, дети, молоко,**Постепенно присесть. На последний слог быстро встать  **Будете здоровы!**  и поднять руки вверх. | **« Божьи коровки »**  **Дети выполняют массаж ног**  **Божьи коровки, папа идет,**Сидя, поглаживать ноги сверху донизу  **Следом за папой мама идет,**                                     Разминать ноги  **За мамой следом детишки идут,**                              Похлопывать ладошками  **Вслед за ними малышки бредут**                              Поколачивать кулачками  **Юбочки с точками черненькими.**                           Постукивать пальцами  **На солнышко они похожи,**                                        Поднять руки вверх и скрестить кисти,  **Встречают дружно новый день**.                               широко раздвинув пальцы  **А если будет жарко им,**Поглаживать ноги ладонями и спрятать  **То спрячутся все вместе в тень.**Руки за спину**.** |
| **« Черепаха »**  **Самомассаж тела**  **Шла купаться черепаха**Дети выполняют легкое пощипывание  **И кусала всех со страха**пальцами рук  груди, ног.  **Кусь! Кусь! Кусь! Кусь!**  **Никого я не боюсь!**  **Черепаха Рура!**Дети поглаживают себя ладонями,  **В озеро нырнула,**выполняя круговыедвижения и  **С вечера нырнула**приговаривают.  **И пропала… Э-эй,**  **Черепашка Рура,**  **Выгляни скорей!** | **« Ириски от киски »**  **Массаж глаз (по китайской медицине)**    **В гости к нам явилась киска.**                             Потереть друг о друга средние пальцы рук  **Всем дает она ириски:**  **Мышке, лебедю, жуку,**Прикрыть неплотно глаза и провести паль-  **Псу, зайчонку, петуху.**                      цами, не надавливая сильно на кожу, от  внутреннего края глаза к внешнему.  **Рады, рады все гостинцам!** Совершать круговые движения зрачками  **Это видим мы по лицам.**глаз вправо и влево  **Все захлопали в ладошки,**Хлопки в ладоши  **Побежали в гости к кошке.**                                 Постучать подушечками пальцев друг о  друга. |
| **« Наши глазки »**  **Массаж глаз (по методике йогов)**  **- Сесть прямо, поставить на опору локти (на стол или спинку стула, на который ребенок садится, как наездник);**  - **Не отрывая локти, соединить ребра ладоней и мизинцы, опустить голову, чтобы ладони легли на закрытые глаза, а лоб упирался в верхнюю часть ладоней и пальцы;**  **- Расслабить мышцы шеи. Точкой опоры становится лоб, ладони лишь прикасают-ся к глазам;**  **- Легко массировать ладонями глаза. Чередовать надавливание, вращение, погла-живание и вибрацию; выполнять 1-2 минуты. Хорошо, если возникнет ощущение тепла в глазах;**  **- Расслабить глаза.**  (Массаж вызывает активную циркуляцию в глазах крови, стимулирует нервные окончания и дает прекрасный отдых утомленному зрению) | **« Пироги »**  **Дети выполняют самомассаж тела**  **За стеклянными дверями**Выполнять хлопки правой ладонью  по левой руке от кисти к плечу.  **Ходит мишка с пирогами**То же по правой руке  **Здравствуй, Мишенька-дружок,**Хлопки по груди  **Сколько стоит пирожок?**Хлопки по бокам  **Пирожок-то стоит три,**Хлопки по пояснице  **А готовить будешь ты!**Хлопки по ногам сверху вниз  **Напекли мы пирогов,**Выполнять последовательноепогла-  **К празднику наш стол готов!**живание рук, корпуса, ног |
| **« Вот какая борода »**  **Массаж биологически активных зон для профилактики простудных заболеваний**  **Да – да – да – есть у деда борода.**Потереть ладони друг о друга  **Де – де – де – есть сединки в бороде.**Руками провести по шее от затылка до  яремной ямки.  **Ду – ду – ду – расчеши бороду.**Большими пальцами мягко провести по  шее от подбородка вниз  **Да – да – да – надоела борода.**Сжав руки в кулаки, возвышениями боль-  ших пальцев быстро растереть крылья носа  **Ду – ду – ду – сбреем деду бороду.**Положить три пальца на лоб всей плоскостью  и, мягко надавливая, поглаживать лоб.  **Ды – ды – ды – больше нет бороды.**Раздвинув указательный и средний пальцы,                                                                         положить их перед и за ушами и с силой                            растирать кожу | **« Жарче, дырчатая тучка »**  **Дети выполняют самомассаж**  **Жарче, дырчатая тучка,**                                            Растереть ладошки.  **Поливай водичкой ручки,**  **Плечики и локоточки,**Постукивать пальцами по плечам,  **Пальчики и ноготочки,**локоткам, кистям, затылку, вис-  **Мой затылочек, височки,**кам, подбородку, щекам.  **Подбородочек и щечки!**  **Трем мочалкоюколеночки,**Растереть ладонями колени,  **Щеточкой трем хорошенечко**ступни и пальцы ног.  **Пяточки, ступни и пальчики…**  **Чисто-чисто моем мальчика!**  **Чисто-чисто моем девочку,**  **Нашу девочку-припевочку!** |
| **Белый мельник »**  **Массаж лица для профилактики простудных заболеваний**  **Белый-белый мельник**                                Провести пальцами по лбу от середины  **Сел на облака.** к вискам.  **Из мешка посыпалась**Легко постучать пальцами по вискам  **Белая мука.**  **Радуются дети,**Сжав руки в кулаки, возвышениями  **Лепят колобки.**больших пальцев быстро растереть  крылья носа.    **Заплясали санки,**Раздвинув указательный и средний  **Лыжи и коньки.**пальцы, массировать точки перед собой                                                                                         и за ушными раковинами. | **« Лиса »**  **Гимнастика для глаз**  **Ходит рыжая лиса,**Крепко зажмурить и открыть глаза  **Щурит хитрые глаза.**  **Смотрит хитрая лисица,**Вытянуть вперед правую руку, на кото-  **Ищет, где бы поживиться.**рой все пальцы, кроме указательного,  **с**жаты в кулак. Вести рукой вправо-влево                                                 и следить за движением указательного                                                                                      пальца глазами, не поворачивая головы.    **Пошла лиска на базар,**Поднять руку и опустить, прослеживая  **Посмотрела на товар.**взглядом.  **Себе купила сайку,**Описать рукой круг по часовой стрелке и  **Лисятам балалайку.**                                    против нее. |
| **« Солнышко »**  **Гимнастика для глаз**  **Солнышко, солнышко, в небе свети!**Потянуться руками вверх  **Яркие лучики к нам протяни.**  **Ручки мы вложим в ладошки твои,**Похлопать в ладоши над головой  **Нас покружи, оторви от земли.**Покружиться, подняв руки вверх  **Солнечный лучик быстро скакал,**Вытянутьвпередправую руку, медленно  **И на плечо он к ребятам упал.**прикоснуться указательным пальцем к  правому плечу. Проследить глазами.  **Весело лучик песенку пел,**Повторить то же самое с левой рукой  **Каждый себе на плечо посмотрел.**  **Солнечный лучик быстро скакал,**Вытянуть руку вперед и коснуться паль-  **И на маленький носик к ребятам попал.**цем кончика носа. Проследить глазами.  **Весело лучик песенку пел,**  **Каждый на носик себе посмотрел.**  **Хлопают радостно наши ладошки,**Похлопать в ладоши.  **Быстро шагают резвые ножки.**Ходьба на месте.  **Солнышко скрылось, ушло на покой,**Закрыть глаза и положить руки под щеку  **Мы же на место сядем с тобой.**Сесть на стульчики | **« Дедушка Егор »**  **Гимнастика для ног для профилактики плоскостопия**  **Из-за лесу, из-за гор**Ходьба на месте, не отрывая носки от пола,  **Едет дедушка Егор.**стараясь поднимать выше пятки.  **Сам на лошадке,**Ходьба на пятках, руки за спиной  **Жена на коровке,**Ходьба на носках, руки за головой  **Дети на телятках,**Ходьба с перекатом с пятки на носок, руки  на поясе.  **Внуки на козлятках.**Ходьба с высоким подниманием ног, сог-                                                               нутых в колене, руки в стороны  **Гоп, гоп, гоп!**Приподниматься на носки и опускаться     на всю ступню**.**  **Приехали!**Присесть |
| **« Снежинки »**  **Гимнастика для глаз**  **Закружились, завертелись**«Фонарики»  **Белые снежинки.**  **Вверх взлетели белой стаей**Поднять руки вверх и посмотреть  **Легкие пушинки.**                                               на них  **Чуть затихла злая вьюга-**Медленно опустить руки и просле-  **Улеглись повсюду.**                            дить за ними взглядом  **Заблистали, словно жемчуг,-**Развести поочередно руки в стороны  **Все дивятся чуду.**и проследить за ними взглядом  **Заискрились, засверкали**Выполнить руками движение «нож-  **Белые подружки.**ницы»  **Заспешили на прогулку**Шаг на месте  **Дети и старушки.** | **« Бабочка »**  **Упражнение для подвижности голеностопного сустава**  **И.п. – сидя на полу, ноги согнуты в коленях, руки в упоре сзади;**  **1 – свести колени вместе, стопы развести в разные стороны;**  **2 – колени развести в стороны, стопы соединить, стремясь достать коленями пол.**  **« Наши ножки »**  **Массаж рефлекторных зон ног**   1. **Сжать кончик большого пальца, затем подушечку большого пальца. Если заметите болезненную точку. Разотрите ее до исчезновения боли.** 2. **Плотно захватить большим и указательным пальцами ахиллово сухожилие, сдавить его, отпустить. Повторить по 3 раза на каждой ноге.** 3. **Быстро потереть вверх ступни пяткой другой ноги.**   ( Этот массаж помогает освободиться от накопившейся усталости и включить основные системы организма) |
| **« Самолет »**  **Гимнастика для глаз**    **Пролетает самолет,**Посмотреть вверх и провести пальцем  **С ним собрался я в полет.**                            за «пролетающим» самолетом  **Правое крыло отвел, посмотрел.**Отвести руки попеременно и проследить  **Левое крыло отвел, поглядел.**взглядом  **Я мотор завожу**Делать вращательные движенияперед  **И внимательно гляжу.**грудью  **Поднимаюсь ввысь, лечу,**Встать на носочки и легко бежать по кругу  **Возвращаться не хочу.** | **« Наши глазки »**  **Гимнастика для глаз (по методике йогов).**  **- Указательным пальцем правой руки дотронуться до кончика носа так, чтобы па-лец находился параллельно полу. Сфокусировать взгляд на кончике пальца, смот-реть не моргая, до усталости, до слез, фиксировать взгляд на кончике пальца  в те-чение полного дыхания (сделать полный вдох, затем полный выдох). Расслабить гла-за. Повторить упражнение, приставив палец к межбровью;**  **- Указательным пальцем правой руки дотронуться до кончика носа, сфокусировать взгляд на кончике пальца. Со вдохом удалять палец от носа как можно дальше в пределах расстояния вытянутой руки, продолжая смотреть на кончик пальца. С вы-дохом вернуть палец обратно к носу. Повторить упражнение, приставив палец к межбровью;**  **- Закинуть голову назад до упора. Сфокусировать взгляд на кончике носа. Сделать полный вдох, затем полный выдох. Повторить то же, сфокусировав взгляд на облас-ти межбровья;**  **- Выполнять круговые вращения глазами сначала по часовой стрелке, затем – про-тив. Делать то же, закрыв глаза. Темп вращения переменный, от медленного до мак-симально быстрого;**  **- Закрыть глаза ладонями так, чтобы через ладони не проникал свет. Посидеть так немного, давая глазам расслабиться.** |
| **« Снегопад »**  **Гимнастика для глаз**  **(за всеми движениями проследить глазами, не поворачивая головы)**  **Белых хлопьев белый пух**Медленно опускать сверху вниз снача-  **Плавно и спокойно**ла правую руку, потом левую.  **Над деревьями кружит**  **И над колокольней.**  **Каждый дом и каждый куст**Поочередно вытягивать руки вправо,  **Греет, одевает** влево.  **Снеговая шубка и**Вытянуть руку вперед и коснуться  **Шапка снеговая.**              ею лба.  **Белых хлопьев белый пух**Поднимать и опускать руку от уровня  **С неба валит валом,**груди до пояса.  **Укрывая белый свет**  **Белым одеялом.**  **Чтобы слева, впереди,**Указательным пальцем коснуться левого пле-  **Позади и справа**ча, вытянуть руку вперед, коснуться левого.  **Сладко спали до весны**Закрыть глаза ладонями.  **Дерева и травы.**  **Это сколько ж наметет**Развести руки в стороны, глаза широ-  **Снега за ночь-то!**      **Это как же полетят**  **С горки саночки!** | **« Зайка »**  **Дети делают массаж для носа и гимнастику для глаз**  **Вот и зайка к нам идет,**                    Массаж носа (по китайской медицине), **Он нас лапкою зовет.**укрепляющий иммунитет к заболева-  **Бедный заинька чихает,**      ниям верхних дыхательных путей:  **Как поправиться – не знает.**Потереть указательные пальцы и мас-  **Лекарство для тебя найдем:**сировать ими ноздри сверху вниз и  **Мы носик лапкою потрем.**снизу вверх 10 – 20 раз.  **В** **руках у нас морковка.**Дети держат в руке морковку, выполняя  **Продолжаем тренировку**.                                        ею медленные движения вправо-влево,                                                                                        вверх-вниз, по кругу и прослеживая за                                                                                        ней взглядом.  **Вот поправился наш зайка,**  **Он ребятам очень рад,**  **Приглашает поиграть.** |
| **« Медведь »**  **Гимнастика для глаз**  **Медведь по лесу бродит,**Ходьба вперевалочку, слегка  согнувшись, загребая чутьсогнутымируками  **От дуба к дубу ходит**.                               **Находит в дуплах мед**  Изображать, как он достает и ест мед  **И в рот себе кладет.**  **Облизывает лапу**«Отмахиваться от пчел»  **Сластена косолапый,**  **А пчелы налетают,**  **Медведя прогоняют.**  **А пчелы жалят мишку:**Отвести руку вперед и поочередно  **Не ешь наш мед, воришка!**касаться носа, щек, прослеживая движение глазами, не поворачивая головы  **Бредет лесной дорогой**Ходьба вперевалочку  **Медведь к себе в берлогу.**  **Ложится, засыпает**  Прилечь, руки под щеку  **И пчелок вспоминает.** | **« Заяц белый »**  **Гимнастика для глаз (песня О.Боромыковой сб. «Коррекция речи и движения»)**  **(гимнастика дает хороший отдых глазам, усиливает кровоснабжение)**  **Заяц белый, заяц белый**,                                         Быстро моргают глазами.  **Ты куда за лыком бегал?**  **Заяц белый отвечал:**Наклонять и выпрямлять голову вперед,  **«Я не бегал, я скакал».**закрыв глаза  **Заяц белый, заяц белый**,                                        Опять быстро сжимать и разжимать веки  **Ну а где же ты обедал?**  **Заяц белый отвечал:**Наклоны головы вправо-влево  **«Я сегодня голодал».**Закрыть глаза ладонями, расслабив глаза |
| **« Медведюшка »**  **Гимнастика для ног (песня М. Красева «Медведюшка»)**  **Покажи-ка нам, медведюшка,**Ходьба на внешнем своде стопы  **Как сбирались красны девушки**  **За брусникой, за малиной**  **Да за ягодой калиной,**  **Как с корзинками шли по лесу,**Ходьба с перекатом с пятки на носок  **Набирали ягод доверху,**  **Отдохнуть они садились,**  **Ко пенечку прислонились.**  **Покажи-ка нам, медведюшка,**Вставать на носки, делая вдох и разводя руки  **Как зевали красны девушки,** в стороны, и опускаться на всю стопу.  **Как накрылися платочком**Сесть на пол, руки-упор сзади  **Да уснули под кусточком.**Попеременно вытягивать и выпрямлять                                                                                        носки ног  **Как вскочили, потянулись,**Встать, потянуться  **Меж собой переглянулись,**Повороты в стороны  **Звонко песню запевали,**Ходьба топающим шагом  **Хороводы затевали.** | **« Часовой »**  **Дети выполняют массаж ушей**  **На дальней  границе**Загнуть руками уши вперед  **И в холод, и в зной,**  **В зеленой фуражке**  **Стоит часовой.**  **На дальней границе**Потянуть руками мочки ушей в стороны,  **И ночью, и днем**вверх, вниз, опустить.  **Он зорко, он зорко**  **Следит за врагом.**  **И если лазутчик** Указательным пальцем помассировать  **Захочет пройти,**слуховые отвороты.  **Его остановит**  **Солдат на пути!** |
| **« По таинственной дороге »**  **Гимнастика для стоп**  **По таинственной дороге**Ходьба на носках, сохраняя хорошую осанку  **Шли таинственные ноги.**  **По большой дороге**Ходьба на месте, не отрывая носки от пола  **Зашагали наши ноги.**  **По пыльной дорожке**Перекаты с носка на пятку, стоя на месте  **Шагали наши ножки.**  **А маленькие ножки** Быстрая ходьба с высоким подниманием ног,  **Бежали по дорожке.**согнутых в коленях  **На узенькой дорожке**Ходьба со сведенными носками ног  **Устали наши ножки.**  **Усталые ножки**Ходьба с перекатом с пятки на носок, держа  **Шли по дорожке.**туловище прямо и глядя вперед  **На камушек мы сели,**Сидя на стуле, поднимать и опускать носки  **Сели, посидели.**ног, не отрывая пяток от пола  **Ножки отдыхают,**Погладить мышцы ног и ступни  **Мышцы расслабляют.** | **« Дождь »**  **Гимнастика для глаз**  **Приплыли тучи дождевые:**Покачать поднятыми вверх руками,  **Лей, дождь, лей!**посмотреть на них.  **Дождинки пляшут, как живые:**Опустить плавно руки, перебирая паль-  **Пей, рожь, пей!**цами, прослеживая движения взглядом.  **И рожь, склоняясь к земле зеленой,**Наклониться, делая мягкие, пружинящие  **Пьет, пьет, пьет.**движения руками, посмотреть вниз  **А теплый дождь неугомонный**Показать указательным пальцем движе-  **Льет, льет, льет.**ние сверху вниз и проследить взглядом. |
| **« Подарок маме »**  **Массаж пальцев**  **Маме подарок я сделать решила.**Скользящие движения ладонью о ладонь  **Коробку с катушками тихо открыла.**Поочередно растирать пальцы левой руки,  **Нитки и пяльцы достала я с полки,**как бы надевая на каждый палец  **Вдела зеленую нитку в иголку.**«Колечко» из сжатых пальцев правой руки  **Мамин наперсток - на дочкином пальце.**  **Белую ткань я надела на пяльцы.**  **Иголкой веду за стежочкомстежочек.**Поочередно растирать пальцы правой руки  **Я вышиваю чудный цветочек:**  **Сначала – зеленые стебельки,**  **После – веселые лепестки,**  **В центре кружка – ярко-желтый кружок.**  **Я закрепляю последний стежок.**Потереть ладони друг о друга  **Я разминаю уставшие пальцы.**Сжимать и разжимать пальцы  **Я убираю старинные пяльцы.**  **Нитку с иголкой в шкатулку кладу.**Переплести пальцы обеих рук и сделать  **В мамину комнату тихо иду.**«качельку»  **Встану на низкую табуретку**Встают на ноги  **И на комод постелю я салфетку.**Протягивают руки вперед  **В комнату мама войдет, удивится:**Покачать головой, поставив руки на пояс  **- Дочка, какая же ты мастерица.** | **« Колобок »**  **Упражнение для профилактики плоскостопия**  **Тише, тише, Колобок!**Ходьба с высоким подниманием ног,  **Вдруг услышит серый волк.**               согнутых в коленях.  **Тихо ножками пойдем,**Ходьба на носках, сохраняя хорошую  **Незаметно прошмыгнем.**       осанку  **Но румяный Колобок**Приподниматься на носки иопускаться  **Прыгнул прямо в огород,**на всю стопу  **Через грядки вдоль забора**Перекаты с носка на пятку.  **Скачет, словно от Федоры.**  **« Наши спинки »**  **Дети выполняют массаж спины**  **В колоночку в круг встали,**Движения соответствуют тексту  **Ладошками по спинке застучали**.                             Выполнять в течение 40 - 50 секунд  **Хлопаем по лопаточкам,**  **Спинка радуется.**  **Дети спинку подставляют,**  **Со спинками играют,**  **Здоровья спинкам добавляют.** |
| **« Липы »**  **Гимнастика для глаз**  **(все движения рук прослеживать взглядом, не поворачивая головы)**  **Вот полянка, а вокруг**Широким жестом развести руки в стороны  **Липы выстроились в круг.**Скругленные руки сцепить над головой  **Липы кронами шумят,**                Руки вверх, покачать ими из стороны в  **Ветры в их листве гудят.**                              сторону  **Вниз верхушки пригибают**Наклониться вперед  **И качают их, качают**.                                         Наклонившись, покачать туловищем из                                                                                   стороны в сторону  **После дождика и гроз**                              Выпрямиться, руки поднять  **Липы льют потоки слез.**Плавно опустить руки, перебирая пальцами  **Каждый листик по слезинке**                    Руки вниз, встряхивать кистями  **Должен сбросить на тропинки.**  **Кап и кап, кап и кап –**      Хлопать в ладоши, описывая руками круг  **Капли, капли, капли – кап!**сначала в одну, потом в другую сторону  **До чего же листик слаб!**«Уронить руки»  **Он умоется дождем,**Погладить сначала одну, потом другуюруку  **Будет крепнуть с каждым днем.**Сжать кулаки | **« Плотник »**  **Дети выполняют самомассаж рук**  **Мастер в руки взял фуганок,**Поглаживать левую руку от плеча к кисти 4 раза**Остро наточил рубанок,**Поглаживать правую руку  **Доски гладко отстругал,**Разминать левую руку  **Взял сверло, шурупы взял,**Разминать правую руку  **Доски ловко просверлил,**Круговые движения пальцами правой руки от  плеча к левой кисти  **Их шурупами свинтил,**То же левой рукой  **Поработал долотом,**Поколачивание по левой руке  **Сколотил все молотком.**Поколачивание по правой руке  **Получилась рама –**Быстро перебирая пальцами правой руки, прой-                                          ти ими по левой от плеча до локтя  **Загляденье прямо!**То же левой рукой  **Прекрасный тот работник**Погладить левую руку  **Зовется просто: плотник.**Погладить правую руку |



***Картотека дидактических игр для детей дошкольного возраста по формированию здорового образа жизни.***

***Картотека дидактических игр для детей дошкольного возраста по формированию здорового образа жизни.***

|  |  |
| --- | --- |
| *№1 Тема: «Ребенок и здоровье»*    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.  *Ход игры:* воспитатель предлагает ребёнку найти предмет, необходимый для работы врачу (повару, продавцу). | *№2 Тема: «Ребенок и здоровье»*    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  *Ход игры:* воспитатель говорит о том, что волшебник Путаница перепутал картинки распорядка дня, и предлагает разложить картинки по порядку.  Воспитатель подводит итог высказываниям детей.  Каждое утром, чтобы быть здоровым, мы начинаем с зарядки.  Чтобы расти нам сильными, ловкими и смелыми, ежедневно поутру мы зарядку делаем.  Воспитатель предлагает каждому вспомнить своё любимое упражнение, показать и всем вместе выполнить его. |
| *№3 Тема: «Ребенок и здоровье»*    Оденем куклу на прогулку  *Цель:* 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.  *Материал:* бумажная кукла с различной одеждой  *Ход игры:* воспитатель говорит, что кукла собирается на прогулку, но не знает, что ей одеть, сейчас зима и на улице очень холодно (различные ситуации).  Дети «одевают» куклу и объясняют свой выбор. | *№4 Тема: «Ребенок и здоровье»*    **Что такое хорошо, что такое плохо**  Цель: познакомить детей с правилами личной гигиены и правильным, бережным отношением к своему здоровью; развивать у детей речь, внимание, память.  *Материал:* поля, разделённые на квадраты, в центре поля негативная и позитивная картинка, картинки с различными ситуациями.  *Ход игры:*  1-ый вариант 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»  2-ой вариант.Показ картинок можно сопровождать двигательной активностью детей. Например, на позитивные картинке дети реагируют прыжками, а при показе негативной картинке садятся на пол.  *№6 Тема: «Полезные продукты»*    Чудесный мешочек  *Цель:* уточнить названия фруктов, овощей, формировать умения определять их на ощупь, называть и описывать.  *Материал:* мешочек, муляжи овощей, фруктов  *Ход игры:* 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.  - У меня помидор, он красный, круглый, гладкий. А у тебя?  Если дети затрудняются ответить, воспитатель задаёт наводящие вопросы: какой формы? Какого цвета? Какой на ощупь?  Дети складывают все овощи, фрукты на поднос. |
| *№5 Тема: «Ребенок и здоровье»*    **Азбука здоровья**  Цель: систематизировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, развивать речь, внимание, память.  *Материал:* иллюстрации  *Ход игры:* 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. |
| *№7 Тема: «Полезные продукты»*  Угадай на вкус  *Цель:* уточнить названия фруктов, овощей, формировать умения определять их на вкус, называть и описывать.  *Материал:* тарелка с нарезанными овощами, фруктами  *Ход игры:* 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?» | *№8 Тема: «Полезные продукты»*  Узнай и назови овощи  *Цель:* закрепить названия фруктов, овощей, формировать умения узнавать их по описанию воспитателя  *Ход игры:* воспитатель описывает какой-либо овощ (фрукт), а дети должны назвать этот овощ (фрукт). |
| *№9 Тема: «Полезные продукты»*  Полезные и вредные продукты  *Цель:* систематизировать представления детей о вредных и полезных продуктах, упражнять в умении их дифференцировать, формировать потребность заботиться о своём здоровье  *Материал:* картинкис изображением различных продуктов, два обруча  *Ход игры*: 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. | *№10 Тема: «Полезные продукты»*  **Узнай на вкус**  *Цель:* закреплять знания об овощах и фруктах, умение определять их по вкусу.  *Материал:* тарелка с нарезанными овощами, фруктами  *Ход игры:* воспитатель вносит тарелку с нарезанными овощами, фруктами, предлагает детям попробовать кусочек какого-то овоща, фрукта и задаёт вопросы: «Что это?», «Какой на вкус?» |
| *№11 Тема: «Полезные продукты»*  Назови правильно  *Цель:* уточнить знания детей об овощах и фруктах, их качества (цвет, форма, вкус, запах),закреплять умение узнавать их по картинке и давать краткое  описание.  *Материал:*  картинки с изображением овощей, фруктов  *Ход игры:* 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? | *№12 Тема: «Личная гигиена»*    Вымоем куклу  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.  *Ход игры*: 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.    *№14 Тема: «Личная гигиена»*  Подбери картинки  Цель: уточнить представления детей опредметахличной гигиены, формировать навыки здорового образа жизни  *Материал:* картинки различных предметов, картинки с изображением предметовличнойгигиены  *Ход игры:* воспитатель просит выбрать только картинки с изображением предметов, помогающих ухаживать за телом (лицом, зубами, волосами) |
| *№13 Тема: «Личная гигиена»*    Таня простудилась  Цель: способствовать формированию навыка пользования носовым платком, закреплятьзнание 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. |
| *№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 прически  *Цель:* закреплять навыки ухода за волосами, уточнить названия необходимых для этого предметов, формировать понятие «опрятный внешний вид»  *Материал:* куклы, расчёски, заколки.  *Ход игры*: воспитательпредлагает 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 понюхатьбаночки 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. |
| ***№25 Тема: «Врачи - наши помощники»***  **Если кто-то заболел**  *Цель*: закрепить знание о том, что при серьёзной травме необходимо вызвать врача «скорой помощи», позвонив по номеру «103», поупражнять в вызове врача  *Материал:* телефон  *Ход игры:* Если мы сами не можем справиться с ситуацией, то мы вызываем врача, скорую помощь.  Детям предлагается вызвать врача на дом. Сначала набираем номер телефона и называем по порядку:  фамилия, имя —> адрес —> возраст —> жалобы | ***№26 Тема: «Опасные предметы»***  **Источники опасности**  *Цель:* закрепить знания о предметах, которые могут быть объектами возникновения опасности, формировать умения выбирать картинки предметов по описанной ситуации, воспитывать чувство товарищества  *Правило:* не толкаться, не отбирать предметы друг у друга.  *Материал:* макет или игровой уголок с предметами домашнего обихода, призы (фишки или картинки)  *Ход игры:* 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. |
| ***№27 Тема: «Опасные предметы»***  Игра - дело серьёзное  *Цель:* упражнять детей в выборе безопасных предметов для игр по картинкам,закреплять знания о том, какими предметами можно играть.  *Материал*: картинкис изображением различных предметов (опасных и неопасных), два обруча  *Ход игры:* 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.  ***№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 изображениемопасной ситуации, ребёнок рассматривает её и из всех карточек с изображением действий выбирает две правильные, последовательно раскладывает их. | ***№28 Тема: «Опасные предметы»***  Сто бед  *Цель*: закрепить представления об опасныхситуациях в быту, о правильных действиях в конкретных ситуациях; развивать внимание; воспитывать сочувственное отношение к пострадавшему  *Материал:* картинки с изображениемдетей в опасной ситуации  *Ход игры:* несколько картинок лежат на столе изображением вниз. Ребёнок выбирает любую, рассматривает и рассказывает: что на ней изображено, почему такое случилось с ребенком, что он сделал неправильно, что теперь делать ребёнку.  ***№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 изображенное 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 сизображениемправильных 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 изображениемопасных и безопасных действий детей;  *Правила:* под красную карточку (кружок) положить картинки сизображениемопасных 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. |