**Игра как форма обучения в формировании представлений о здоровом образе жизни**

**у дошкольников в практике работы воспитателя ДОУ**

***Крисько Валерия Витальевна,******воспитатель***

МБ ДОУ «Детский сад № 37»

г. Новокузнецк, Кемеровская область

На сегодняшний день в дошкольном возрасте практически здоровые дети составляют 3-4%, с нарушением осанки 50-60%, с плоскостопием - 30%. За последние годы состояние  здоровья  детей прогрессивно ухудшается. Рождение здорового ребёнка стало редкостью, растёт число недоношенных детей, число врождённых аномалий, число детей с речевыми расстройствами. Более 20% детей старшего дошкольного возраста имеют 3-ю группу  здоровья . Обозначенная проблема особенно значима в дошкольный период детства – наиболее благоприятный для активного развития познавательных процессов и личности ребенка, его представлений об образе жизни.

Детство – уникальный период жизни человека, в процессе которого формируется здоровье. Важно научить ребенка понимать, сколько ценно здоровье для человека и как важно стремиться к здоровому образу жизни. ЗОЖ – это не просто совокупность освоенных познаний, а стиль существования, адекватное поведение в разных ситуациях.

Подход ребенка к собственному здоровью считается фундаментом, в коем возможно станет построить здание необходимости в здоровом образе жизни. Оно начинается, и формируется в ходе осознания ребенком себя как человека и личности. Отношение детей к здоровью непосредственно находится во взаимосвязи сформированности в его сознании этого понятия.

Задача воспитателя – создавать положительное настроение у детей, организовывать рациональный двигательный режим, предупреждать детское утомление разумным чередованием разнообразной активной деятельности и отдыха.   
Дошкольный возраст также характеризуется действующим формированием игровой деятельности, в особенности сюжетно-ролевой игры, которая в данный момент вступает в свой расцвет. Дети шестого года жизни уже могут разделять роли до начала игры и создавать своё поведение, согласно роли.

Игровое взаимодействие сопутствуется речью, надлежащей – согласно содержанию и интонационно – взятой роли. Игровые действия детей становятся наиболее сложными, обретают особенное значение, которое не всегда раскрывается взрослому. Игровое пространство усложняется, в нём способно быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию.

При проведении занятий со старшими дошкольниками используются и различные мультимедийные презентации, которые несут в себе большой педагогический потенциал, способствуют накоплению знаний о здоровом образе жизни.

Так в рамках основной программы используются презентации на такие темы как:

* «Я и мой организм»,
* «Правила безопасного поведения»,
* «Съедобное-несъедобное»,
* «Вредные и полезные продукты»,
* «Если хочешь быть здоров – закаляйся!» и многое другое.

***Презентация*** сочетает в себе динамику, звук, красочное изображение, что значительно улучшает восприятие информации. Это некая наглядность, дающая возможность педагогу выстроить объяснение на занятиях логично, научно, с использованием видео фрагментов, иллюстраций, аудио записей и т. д. Использование ИКТ в индивидуальной работе с детьми, позволяет развить не только интеллектуальные способности, но и воспитывает волевые качества, такие как самостоятельность, собранность, усидчивость.

В процессе формирования основ ЗОЖ рекомендуется использовать комплекс как традиционных, так и специфических средств физической культуры. К их числу можно отнести игры, используемые для формирования представлений о здоровье, функциях организма, а также практические действия по организации здоровой жизнедеятельности – эстафеты и специальные игровые задания .

***Игры-путешествия*** включают все виды двигательной активности. Каждая игра имеет цель, сюжет и итог. Каждое из физических упражнений, составляющих такую композицию, оказывает определенное воздействие на ребенка, решает конкретные задачи программы. Например, при изучении темы «Осенние радости» дети отправляются в путешествие по осеннему лесу. «Светит солнце (обычная ходьба с закрытыми зонтами), начался дождь (бег с открытыми зонтами), перепрыгиваем лужи (прыжки с открытыми зонтами), ветер дует в лицо (ходьба спиной вперед, наклоны в сторону на каждый шаг)»].

***Игровой самомассаж*** – основа закаливания и оздоровления. Выполняя его, дети обычно приходят в хорошее настроение. Такие упражнения способствуют также формированию у них сознательного стремления быть здоровыми.

***Игропластика*** основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости, включающей элементы йоги-терапии и упражнения на растягивании .

***Пальчиковая гимнастика***, служащая основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук, оказывает положительное воздействие на память, мышление, фантазию.

***Креативная гимнастика*** включает нестандартные упражнения, специальные задания, творческие игры, направленные на развитие выдумки, творческой инициативы, познавательной активности, мышления, свободного самовыражения.

***Дыхательные упражнения*** также организуются в форме игры (имитация задувания свеч, согревания озябших на морозе рук и т. д.) .

Большое значение для формирования основ здорового образа жизни дошкольников оказывают ***подвижные игры.*** Ведутся они в группах, на специальных занятиях, в период прогулок и в переходные интервалы между занятиями. Подвижные игры непременно вводятся и в музыкальные занятия. Процесс развития взглядов дошкольников о здоровом образе жизни непосредственно сопряжен с воспитанием у них любви к чистоте, аккуратности и порядку.

***Дидактическая игра*** – одно из средств, содействующих развитию основ здорового образа жизни у старших дошкольников. Дидактическая игра – это разностороннее, непростое педагогическое явление, она считается и игровым методом обучения, и независимой игровой деятельностью, и средством многостороннего обучения личности ребенка. В игре развиваются все без исключения стороны личности детей, происходят существенные перемены в нервной системе. В играх дошкольники воссоздают всё то, что они наблюдают вокруг себя в жизни и деятельности взрослых. В игровой деятельности развиваются многочисленные позитивные качества ребенка, заинтересованность и подготовленность к грядущему учению, формируются познавательные способности.

Дидактическая игра дает возможность решать различные педагогические задачи в игровой форме, наиболее доступной для дошкольников. Ценность дидактических игр, как средства формирования основ здорового образа жизни старших дошкольников заключается в том, что они создаются в обучающих целях. Благодаря их использованию можно добиться более прочных и осознанных знаний, умений и навыков в формировании основ здорового образа жизни. Дидактическая игра будит детское воображение. Увлечение игрой мобилизует умственную деятельность, облегчает выполнение задач. Своевременное и правильное применение дидактических игр в воспитательной практике обеспечивает решение задач в наиболее приемлемой для детей форме .

В своей работе мы применяем следующие средства организации дидактических игр:

* использование и сочетание дидактических игр в ходе обучения;
* включение дидактических игр в независимую деятельность дошкольников;
* использование в дидактических играх развивающих упражнений.

Дидактические игры бывают с правилами. Эти игры направлены на решение конкретных задач обучения, но, в то же время, в них проявляется воспитательное и развивающее влияние игровой деятельности. Они обучают тем или иным навыкам, необходимым человеку в процессе его повседневной жизнедеятельности.

Дидактические игры разнообразны по своему содержанию, игровому материалу, игровым действиям, познавательной деятельности и имеют определенную структуру, характеризующую игру как форму обучения и игровую деятельность одновременно, создают своеобразный микроклимат для формирования представлений о здоровом образе жизни у дошкольников .

***Художественная литература*** – важный способ влияния на детей. По этой причине, помимо бесед и рассматривания картинок и иллюстраций воспитатели обширно применяют художественную литературу. Диалог уже после прочтенной книги углубляет ее воспитательское влияние .

Важную роль занимают ***кукольный и пальчиковые театры, фланелеграф***, прослушивание аудио дисков и т.д. При проведении работы используют позитивную оценку, похвалу, вознаграждение. Установлено: одобрение стимулирует, а сердитое слово, наоборот, огорчает.

***Музыкотерапия*** – один из методов, который укрепляет здоровье детей, доставляет детям удовольствие. Музыка способствует развитию творчества, фантазии, укрепляет их нравственное здоровье. Мелодия действует особенно продуктивно на гиперактивных детей, повышает интерес к окружающему миру, способствует развитию культуры ребенка .

Практика показывает, что мероприятия по формированию основ ЗОЖ у детей дошкольного возраста в течение дня, правильно составленный режим дают свои результаты: дети спокойны, активны, отсутствует плач, возбуждение, дети не отказываются от еды, они спокойно и быстро засыпают, крепко спят и просыпаются бодрыми . Итак, процесс формирования здорового образа жизни дошкольников связан сформированием привычки к чистоте, соблюдению гигиенических требований, с подвижным образом жизни, представлениями об окружающей среде и ее воздействии на здоровье человека. Формирование основ здорового образа жизни осуществляется в процессе занятий, режимных моментов, прогулки, в игре, в трудовой деятельности.

Уровни сформированности представлений об основах ЗОЖ у старших дошкольников

|  |  |
| --- | --- |
| **Уровень** | **Характеристика уровня**  **(показатели сформированности основ ЗОЖ)** |
| **высокий** | Дошкольник имеет хорошее понимание о своем организме, понимает, и осознает связь в системе «человек – окружающая среда», сознательно использует данные познания в обыденной жизни,  стремительно придерживается здорового образа жизни.  Без помощи других осуществляет культурно-гигиенические процессы. |
| **средний** | Дошкольник содержит понимание о своем организме, понимает, и осознает связь человека и окружающей среды, однако сознательно знания в обыденной жизни не использует, понижена заинтересованность к здоровьесберегающей деятельности.  Культурно-гигиенические процессы сформированы. При исполнении отдельных культурно-гигиенических процессов направляется за поддержкой к страшим. |
| **низкий** | Дошкольник ориентируется в системе основ формирования здоровогообраза жизни, но не в абсолютном размере, не имеет осмысленного  использования данных знаний в обыденной жизни, отсутствует заинтересованность к здоровьесберегающей деятельности.  Культурно-гигиенические процессы сформированы недостаточно. Не осуществляет без помощи других культурно-гигиенические процессы. |

Особое место должно уделяться работе с родителями. Семья играет важную роль, она совместно с ДОУ является основной социальной структурой, обеспечивающей сохранение и укрепление здоровья детей, приобщение их к основам ЗОЖ. Известно, что ни одна даже самая лучшая программа и методика не могут гарантировать полноценного результата, если ее задачи не решаются совместно с семьей, если не создано детско-взрослое сообщество (дети-родители-педагоги), для которого характерно содействие друг другу, учет возможностей и интересов каждого, его прав и обязанностей .

Здоровье детей – заслуга в первую очередь родителей. Формирование личности ребенка идет в семье, где закладываются основы ЗОЖ, и семья, является главной средой социального характера, особенно в детском возрасте. Все родители желают только добра и счастья для своих детей. Все стараются и упорно трудятся для того, чтобы вырастить из них здоровых и достойных людей. Ребенок должен начать узнавать о полезных привычках и трезвом отношении к жизни как можно раньше. Здоровый образ жизни для детей должен стать чем-то значимым и важным, пустив корни в их сознание. Ведь здоровое поколение – сильное поколение, которым можно гордиться.

Самыми распространенными формами работы с семьей по формированию основ ЗОЖ являются:

* родительские собрания на темы здоровьесбережения и формирование представлений об основах здорового образа жизни;
* конференции;
* консультации;
* праздники («Веселые старты», «В гостях у доктора Айболита», «Папа, мама,я – спортивная семья»)
  + клубы согласно увлечениям («Здоровая семья»);
  + совместные мероприятия преподавателей, родителей и детей;
  + дни открытых дверей;
  + КВН, викторины;
  + дни здоровья;
  + туристические походы, спортивные соревнования;
  + выставки детских работ;
  + «Круглые столы»;
  + «Устные журналы» для родителей;
  + выпуск журналов «о ЗОЖ», «Здравница» и др.;
  + выпуск газет «Светофор» и «Мудрая пчела»;
  + семейные фотовыставки «Мы и ЗОЖ»;
  + конкурсы на лучшие семейные проекты, поделки;
  + мини-турпоходы;
  + открытые занятия для родителей;
  + «День радости»;
  + консультативные Дни «Сотрудничество»;
  + выпуск семейных газет;
  + родительская газета «Здоровье»;
  + «Семейный музей»;

Здоровье Вашего ребенка является важнейшей ценностью и наша общая задача – сохранить и укрепить его. Помните: пример родителей является определяющим при формировании привычек и образа жизни ребенка. Растущий организм ребенка нуждается в особой заботе, поэтому детям необходимо соблюдать режим труда и отдыха.

Приучите Вашего ребенка самого заботиться о своем здоровье: выполнять гигиенические процедуры, проветривать помещение и т.д. Контролируйте досуг вашего ребенка: просмотр телепередач, встречи с друзьями, прогулки на свежем воздухе. Традиции здорового питания в семье – залог сохранения здоровья ребенка. В формировании ответственного отношения ребенка к своему здоровью используйте пример авторитетных для него людей: известных актеров,  музыкантов, спортсменов. Поддерживайте своего ребенка в случае неудач, закаляйте его волю и характер!

**Список использованной литературы**

1. Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н. Здоровый дошкольник: социально-оздоровительная технология XXI века. М.: Гардарики, 2008. 164 с.

2. Авдеева Н.Н. Безопасность: Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. СПб.: Детство пресс, 2005. 144 с.

3. Блинова Г. В. Взаимодействие дошкольного общеобразовательного учреждения и семьи в формировании здорового образа жизни детей дошкольного возраста // Молодой ученый. 2017. №6. С. 409-411.

4. Доронова Т.Н. Основные направления работы ДОУ по повышению психолого психологической культуры родителей // Дошкольное воспитание. 2004. № 1. С. 63.

5. Змановский Ю.Ф. Воспитание здорового ребенка: физиологический аспект // Дошкольное воспитание. 1993. № 9. С.34-36.

6 Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст). М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2000. 296 с.

7. Сивцова А.М. Использование здоровьесберегающих педагогических

технологий в дошкольных образовательных учреждениях // Методист. 2007.№2. С.65.

8. Федеральный государственный общеобразовательный стандарт дошкольного образования. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г.Москва. [Электронный ресурс]. // Российская газета. [сайт]. [2017]. URL: http://rg.ru/2013/11/25/doshk-standart-dok.htm. (дата обращения: 29.05.2017).

с.

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

Приложение 1

**Методика «Что я знаю о своем организме»**

**(автор С.Е.Шукшина)**

**Цель**: выявить уровень знаний о человеческом организме у детей старшего дошкольного возраста.

**Вопросы детям:**

1. Что ты знаешь о строении своего тела? Из чего оно состоит?

2. Представь себе, что у тебя есть волшебная подзорная труба, которую можно приставить к животику и посмотреть, что там находится. Что ты там увидишь?

3. Нужно ли помогать своему организму? Чем и как ты ему помогаешь?

4. Полезна ли нам боль? Боль помогает людям жить или мешает? Что было бы с человеком, если бы он не чув­ствовал боли?

5. Какая твердая, прочная конструкция находится внутри твоего тела и защищает твой организм от повреж­дений?

6. Если предположить, что скелет «убежал» из твоего тела, не оставив ни одной косточки, то:

а) твое тело осталось бы прежним или стало другим?

б) ты бы смог жить без скелета? Почему?

7. Какие «силачи» находятся в твоем теле и заставляют двигаться твой скелет?

8.Что могут делать мышцы?

9.Какой неутомимый мастер стучит у тебя внутри?

10.Для чего человеку необходимо сердце?

11. Для чего человеческому организму нужна кровь?

12.В каком состоянии находится кровь человека: в неподвижном состоянии или в постоянном движении:

а) когда ты ходишь, бегаешь?

б) когда ты сидишь?

в) когда ты лежишь (спишь)?

13. Что заставляет кровь постоянно двигаться? Зачем мы дышим?  
14. Куда попадает воздух после того, как ты вдохнул его носом?

15. Для чего мы должны питаться?

16. Куда попадает пища и что с ней происходит после того, как ты взял ее в рот?

17. Покажи, где находится головной мозг.

18. Для чего нам нужен мозг, как он помогает челове­ку?

19.Как устроены все люди? Одинаково или каждый по­-разному (по-своему)?  
20. Кто такие - инвалиды? Как и чем мы им можем помочь?

21. Почему люди болеют?

22. Что ты должен делать, как себя вести, чтобы:

а) быть здоровым и никогда не болеть?

б) не причинять боли другим людям, не стать причиной их болезни?

**Методика «Неоконченные предложения», «Картина моего здоровья»**

**(с использованием рисования) (автор В.А.Деркунская)**

Цель: изучить особенности ценностного отношения детей старшего до­школьного возраста к своему здоровью и здоровью человека, здоровому об­разу жизни.

Воспитатель приглашает ребенка поиграть. Он начинает предложение, а дошкольник его заканчивает первой пришедшей в голову мыслью.

Здоровый человек — это...

Мое здоровье...

Иногда я болею, потому что...

Когда я болею, мне помогают...

Когда у человека что-то болит, он...

Я хочу, чтобы я всегда был здоров, потому что...

Когда я думаю о здоровье, то представляю себе...

Когда я думаю о своем здоровье, то мне хочется...

Если бы у меня была волшебная палочка здоровья, я бы загадал...

Когда я попадаю в опасную для здоровья ситуацию, то...

Когда мои друзья болеют, то я...

Когда мы с мамой идем к врачу, то я думаю...

Между предложениями можно сделать паузу, перерыв, если ребенок устанет или начнет отвлекаться.

Результаты оформляются в таблицу.

*Таблица 1*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Направленность отношения** | **№ предложений** | **Детские суждения (комментарии)** |
| 1. Отношению к здоровью |  |  |
| 2. Отношение к своему здоровью |  |  |
| 3. Отношение к болезни |  |  |
| 4. Отношение к опасным для здоровья ситуациям |  |  |
| 5. Направленность желаний о здоровье |  |  |

***Обработка результатов:***

В последнюю графу таблицы записываются ре­акции ребенка, его ассоциации и мысли, которые он излагает, продолжая пред­ложение. По характеру ответов вы сделаете вывод об особенностях отношения ребенка к здоровью, его понимания и интерпретации. Обратите внимание на эмоциональность детских высказываний, этот параметр также является свое­го рода показателем отношения к здоровью, переживаний, связанных с ним.

Обработка результатов требует индивидуального подхода, учета жизнен­ного опыта ребенка, его личностных особенностей и возможностей.

**Методика «Здоровье и болезнь»**

**(авторы О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов)**

Рисуночная методика направлена на выявление у детей старшего дошкольного возраста степени сформированности представлений о здоровье и болезни, характера их эмоционального отношения к проблемам здоровья.

**Цель:** определить степень сформированности представлений о здоровье и характер эмоционального отношения к проблемам здоровья.

**Материалы:** чистый лист бумаги А-4, набор 7-10 цветных карандашей или набор красок.

**Инструкция:** «На одном листе, разделив его на две части, нарисуй «здоровье» и «болезнь», как ты их себе представляешь».

Основные требование к проведению тестирования: не уточнять и не детализировать данную инструкцию для детей, используя формулировку «Рисуй, как умеешь и как думаешь сам(а)»; не проявлять своего отношения к здоровью и болезни, чтобы не оказать влияние на процесс деятельности детей; не оказывать помощь детям при разделении листа на две части, которые могут быть неравные.

**Основные показатели.**

Степень детализации изображения (какая часть рисунка детализирована и прорисована более тщательно). Указывает на уровень дифференцированности и сложности представлений о здоровье и болезни, а также на степень их общей эмоциональной значимости для ребёнка.

**Сюжетность и динамика рисунка** (статическое изображение или развёрнутое изображение каких-либо действий). Выявляет активную или пассивную позицию по отношению к здоровью и болезни.

**Богатство цветовой гаммы,** предпочтение отдельных цветов. Позволяет определить характер эмоционального отношения к проблемам здоровья.

Оригинальность (специфичность) изображения, использование особой символики. Позволяет выявить степень влияния устойчивых представлений о здоровье на восприятие ребёнка, которое может выражаться как в стериотипизацию изображения («красный крест»), так и в оригинальном символическом творчестве («аллегорические изображения», например, женская фигура с атрибутами целительства).

**Система оценки детских рисунков**

Изображения «Здоровья» и «Болезни» оцениваются отдельно.

***Высокий уровень*** ***представлений:*** четкая детализация и прорисованность изображений. Рисунок яркий, объёмный, сюжетный, оригинальный.

***Средний уровень представлений***: рисунки лишь частично детализированы, в изображении используется небольшое богатство цветовой палитры (два-три цвета). Сюжет и динамика рисунка не раскрыты, наблюдается отсутствие символики.

***Низкий уровень представлений:*** уровень детализации рисунков низкий, сюжет отсутствует. В основном используется один цвет.

**Диагностические задания «Наши привычки»**

**(автор О.В.Дыбина)**

**Цель:** выявить умение детей оценивать социальные привычки, связанные со здоровьем, потреблением и окружающей средой.

**Исследование включает 5 серий заданий:**

**1 серия «Назови знак»:**

Материал:5 природоохранных знаков.

Инструкция: ребенку показывают любой знак и просят «Назови этот знак и объясни, о чем он говорит»

**2 серия «Звуковые сигналы»:**

Материал: 5 картинок с изображение предметов, которые при необходимости могут издавать звуковые сигналы: будильник, чайник, телефон, поезд, машина со специальными сигналами).

         Инструкция: ребенка просят рассмотреть картинки и задают вопрос «Скажи, о чем предупреждают и сообщают звуковые сигналы этих предметов и машин? Какие привычки могут быть связаны с ними?»

**3 серия «Что полезно и что вредно для кожи»:**

Материал:  5 карточек – трава, осколки стекла, панамка, булавка, спички.

Инструкция: ребенку предлагается рассмотреть эти предметы. «Расскажи, какую пользу или какой вред могут принести коже изображенные предметы?»

**4 серия «Что мы вдыхаем»:**

Материал: 5 картинок: выхлопной газ, табачный дым, лакокрасочные вещества, заводские трубы, непроветренное помещение.

Инструкция: ребенку дают следующую инструкцию: «Объясни, какое влияние на человека оказывает каждое изображенное явление?».

**5 серия «Полезные продукты»:**

Материал: таблица с полезными и вредными продуктами.

Инструкция: ребенку дают следующую инструкцию: «Отметь красной фишкой полезные для здоровья продукты».

За каждый правильный ответ или действие ребенок получает +.

**Результаты исследований:**

**3 балла:**

Ребенок самостоятельно без помощи взрослого набрал 20-25 плюсов за правильные ответы и действия по всем сериям заданий.

**2 балла:**

Ребенок при незначительной помощи взрослого получил 14-19 плюсов за правильные ответы и действия по всем сериям заданий.

**1 балл:**

Ребенок даже при значительной помощи взрослого набирает не более 13 плюсов.

Результаты заносятся в протокол.

**Дидактическая игра «Что такое хорошо и что такое плохо»**

**Цель:**  
1. Выявить умения детей отличать хорошее поведение от плохого;   
2. Обратить внимание на то, что хорошее поведение приносит радость, здоровье как тебе самому, так и окружающим тебя людям, и, наоборот, плохое  поведение может привести  к  несчастию, болезни.

**Игровая задача:**

Ребенку предлагается определить, «что хорошо, а что плохо»,  объяснить  свое   решение.  
**Правила игры:**выражать мимикой свое отношение детям следует толькопосле вопроса «Ребята, это хорошо или плохо?»  
 **Демонстрационный материал:**

Отрывки их художественных произведений,  жизненные факты о хорошем и плохом  поведении человека, детей, группы.  
**Ход игры:**

  Дети мимикой и жестами выражают свое отношение к хорошему и плохому  поведению (плохое поведение - делают сердитое лицо, грозят пальцем;   хорошее - улыбаются, одобрительно кивают головами). Отвечают на  вопросы воспитателя.

**Примерный тест.**

  Сегодня Сережа опять ел снег. Ребята, это хорошо или плохо?   
  Дети мимикой и жестами показывают, что это плохо.   
Что может случиться с Сережей? Дети отвечают.

**Дидактическая игра «Опасно - не опасно»**

**Цель:**

 1.Выявить умения детей отличать опасные для жизни ситуации, грозящие их здоровью  и здоровью окружающих, от неопасных;   
 2. Уметь предвидеть и  предупредить  результаты возможного развития ситуации;   
 3. Закреплять и соблюдать правила безопасного поведения в различных ситуациях;   
 4. Развивать охранительное самосознание.  
 5. Воспитывать чувство взаимопомощи;   
     **Игровая задача:**

* Определить степень угрозы предлагаемой ситуации для жизни и здоровья.
* Определить, какая из описанных ситуаций представляет угрозу для здоровья.
* Поднять нужную карточку в зависимости от степени опасности.
* Правильно разложить дидактические картинки.
* Правила игры: дети не должны мешать друг другу слушать, и отвечать,  при необходимости могут дополнять ответы товарищей, но не подглядывать,  не подсказывать и не пользоваться подсказкой.

**Демонстрационный материал:**  
набор дидактических картинок с изображением опасных и неопасных для жизни  и   здоровья ситуаций, карточек разных цветов в  зависимости от вариантов игры.

**Ход игры:**  
   1.Внимательно прослушав рассказ воспитателя, дети поднимают красную  карточку, если есть опасность, и белую, если ее нет.  
   2. Ребята внимательно рассматривают дидактические картинки,   которые    показывает воспитатель, затем поднимают красную карточку, если есть угроза для жизни и здоровья; желтую карточку - когда опасность  может возникнуть при определенном поведении;  синюю - если опасности нет. При этом в каждом случае  объясняют свое решение.  
  3. Воспитатель    предлагает   детям    самостоятельно    поработать  с дидактическими картинками;   под красную карточку надо положить картинки  с   изображением опасных для жизни ситуаций, под белую - с изображением неопасных ситуаций.  
       Ребята   объясняют выбор.

**Дидактическая игра** **«Самый дорогой на свете»**  
**Цель:** выявить ценностные ориентации детей в отношении себя и своего здоровья.  
  Взрослый: У меня в руках, коробочка. В ней находится самое дорогое, что есть на свете. Подходите ко мне по очереди и смотрите в нее. Подумайте, что же самое дорогое на свете вы там увидели.

**Дидактическая игра «Мое тело»**  
**Цель: выявить знания детей о строении своего тела, его названиях**  
  Взрослый: Подойдите к зеркалу и посмотрите внимательно. Каждый из вас видит себя. Это самое дорогое, что есть на свете. Посмотрите внимательно. Из чего состоит тело человека? Повторяйте за мной и показывайте то, о чем мы будем говорить:

* головушка - соловушка (гладят голову);
* лобик - бобик (выставляют перед собой лобик, как бычки);
* носик - абрикосик (закрывают глазки и попадают пальчиком в кончик своего носа);
* щечки - комочки (мнут пальчиками щечки, трут их тихонько ладошками);
* губки - голубки (вытягивает губки в трубочку);
* зубочки - дубочки (стучат тихонько крепкими зубками);
* бородушка - молодушка (гладят подбородок);
* глазки - краски (раскрывают пошире глазки, смотрят, сколько красок вокруг);
* реснички - сестрички (моргают ресничками);
* ушки - непослушки (трут тихонько пальчиками свои ушки);
* шейка - индейка (вытягивают свою шейку);
* плечики - кузнечики (дергают плечиками вверх-вниз);
* ручки - хватучки (хватают вокруг себя);
* пальчики - мальчики (шевелят пальчиками рук);
* грудочка - уточка (выпячивают вперед свою грудку);
* пузик - арбузик (выставляют животик вперед);
* спинка - тростинка (вытягивают спинку);
* коленки- поленки (сгибают ножки в коленях);
* ножки - сапожки (топают ножками).

*Вот мы и выяснили, из чего состоит наше тело.*

**Диагностическое задание «Полезная покупка»**

**Цель:** диагностическое задание было направлено на выявление представлений о

полезных для здоровья предметах.

**Оборудование:** лук, чеснок, яблоко, зубная паста, мыло, кукла, самолёт, калейдоскоп.

Детям предлагалось сходить в магазин и сделать полезную для здоровья покупку.

Нами фиксировался выбор трёх первых покупок.

Наиболее полезными дети сочли лук, яблоко, калейдоскоп.

Второй покупкой было –

мыло, третьей – кукла, чеснок.

**Беседа с детьми «Здоровый образ жизни. Здоровье – наше богатство»**

**Цель беседы:** закрепление знаний и умений обучающихся по соблюдению личной

гигиены, познакомить обучающихся с принципами здорового образа жизни, формировать

убеждения о необходимости сохранения личного здоровья.

**Задачи беседы:**

1.Прививать навыки аккуратного обращения с принадлежностями личной гигиены;

2.Воспитывать стремление к чистоте, бережное отношение к жизни и здоровью;

**Беседа с детьми «Полезные и вредные привычки»**

**Цель беседы:** учить детей отличать вредные и полезные привычки;

**Задачи беседы:**

1.Формировать сознательный отказ от вредных привычек

2.Воспитывать у детей интерес к познавательной деятельности

3.Воспитывать у них отрицательное отношение к всем вредным привычкам, большое

желание вести здоровый образ жизни;