**Картотека игр по формированию здорового образа жизни**

**Мой день**

***Цель:*** рассказать о режиме дня; учить объяснять и доказывать свою точку зрения; учить находить нарушения закономерностей в последовательном ряду.

***Оборудование:*** 3-4 комплекта карточек с изображениями разных режимных моментов.

***Ход игры***: Располагать карточки надо последовательно, в соответствии с режимом  (от утреннего подъёма до укладывания спать вечером), объяснить детям, почему так, а не иначе следует выкладывать карточки.



*Вариант 1.* Соревнование

«Кто быстрее выложит ряд?».

*Вариант2.* «Продолжи ряд».

Воспитатель начинает выкладывать последовательность,

а ребёнок продолжает.

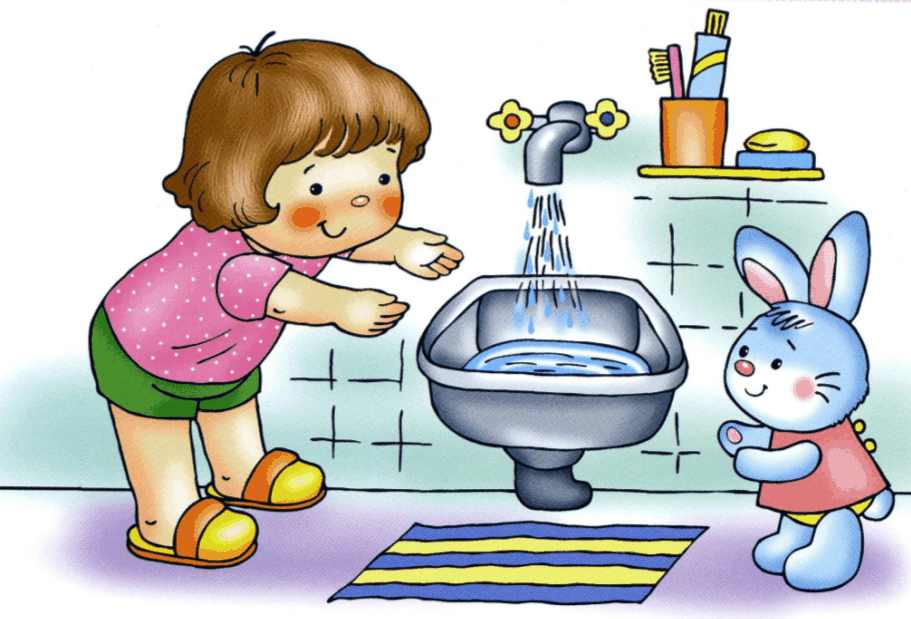
**Азбука здоровья**

***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.

**Что сначала, что потом**

***Цель:*** Учить детей располагать картинки в порядке развития сюжета, пользуясь вспомогательным средством. Учить составлять небольшие рассказы.

***Ход игры*:** Детям предлагают несколько картинок, связанных одним сюжетом, разложить в порядке произошедших событий и составить по ним рассказ. Например: мальчик лежит в постели, делает зарядку, умывается, вытирается полотенцем; девочка моет руки, обедает, играет с куклой.

**Скорая помощь**

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

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

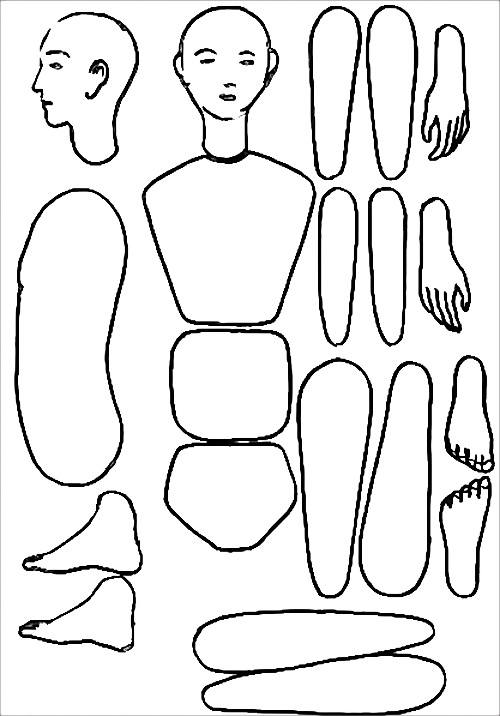
***Ход игры:*** Воспитатель обыгрывает с детьми ситуацию, когда человек порезал руку, ногу, разбил колено, локоть, затем температурил, когда заболело горло, попала соринка в глаз, пошла носом кровь. По каждой ситуации отрабатывать последовательность действии.

**Запомни движение**

***Цель:***упражнять в умении осознавать, запоминать и воспроизводить показанные движения, развивать зрительно-моторную память, внимание.

***Ход игры*:**воспитатель или ребёнокпоказывает движения. Дети должны их запомнить и воспроизвести.

**Весёлый человек**

***Цель:***развивать воображение, складывать фигуру (или лицо) человека из отдельных частей.

***Оборудование:*** детали частей тела человека разного размера в разной одежде, детали и части головы.

***Ход игры***: Воспитатель предлагает ребёнку несколько комплектов деталей изображения человека, по своему усмотрению ребёнок подбирает детали одного комплекта и складывает изображение или из деталей разного комплекта собирает шуточного, карикатурного человека.

**Подбери пару**

***Цель:***соотносить предметы на картинках, с действиям; закреплять навыки самообслуживания; развивать логическое мышление.

***Оборудование:*** предметные картинки: пылесос, расческа, батарея, мыло, шкаф для игрушек; сюжетные картинки: уборка квартиры, ботинки, одежда, игрушки.

***Ход игры****:* Дети внимательно рассматривают полученные картинки,

сравнивают их и подбирают пары,

объясняют свой выбор.

**Подбери  предметы**

***Цель****:*Воспитывать способность группировать предметы; закреплять знания о разных     предметах полезных для здоровья; формировать заботливое отношение к здоровью.

***Ход игры*:** Ребёнку предлагают рассмотреть лежащие на столе предметы, полезные для  здоровья, и объединить их в группы. Например, предметы ухода за собой, спортивные  принадлежности, полезные продукты.