

***КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ***

*«Игры по формированию ЗОЖ»*

*Подготовила  
воспитатель  
Ващук Л.А*

*2021 г*

**КАРТОТЕКА  
ИГР ПО  
ФОРМИРОВАНИЮ  
ЗДОРОВОГО  
ОБРАЗА ЖИЗНИ**



### 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.



### Сделаем куклам разные причёски «Личная гигиена»

**Цель:** закреплять навыки ухода за волосами, уточнить названия необходимых для этого предметов, формировать понятие «опрятный внешний вид»

**Материал:** куклы, расчёски, заколки.

**Ход игры:** воспитатель предлагает детям причесать кукол.



### Кто я такой? «Тело человека»

**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



### Запомни движение «Тело человека»

**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.



### **Чудесный мешочек «Полезные продукты»**

**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.



### **Угадай на вкус «Полезные продукты»**

**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?»



