

Приложение (тема № 2)

«Что мы едим? или Самые полезные продукты»

Дидактическая игра «Кто, чем питается»

Цель: Закрепление с детьми правил ОБЖ через знакомые художественные произведения.

Проведение: Воспитатель предлагает детям вспомнить знакомые сказки, рассказать кто из героев, чем питается, почему, как здоровье зависит от питания (Медведь – ягоды, грибы, мед – сильное, здоровое животное; Лиса Алиса – ловит кур – хиляя, злая, и т.д.) Красная шапочка, волк, Иван-царевич, Дед Мороз и т.д.

Дидактическая игра «Сварим из овощей вкусный суп»

Цель: познакомить детей с процессом приготовления овощного супа, показывая и называя действия, которые ребенок позднее может перенести в игровую ситуацию; развивать воображение детей; выяснить знают ли дети названия предметов кухонной посуды; активное введение в речь детей слова «овощной».

Словесная игра «Если...»

Цель: Закреплять у детей умение формулировать проблему необходимости выполнения гигиенических процедур, находить причинно-следственные связи между событиями.

Проведение: предложить детям продолжить предложение:

- Если много есть конфет, то...
- Если не чистить зубы, то...
- Если не вымыть яблоко, то... и т.д.
- Чтобы не болели зубы нужно каждый день...
- Чтобы не болел живот...
- чтобы расти здоровым я буду... и т.д.

Словесная игра «Съедобное - несъедобное»

Цель: закреплять знания детей о продуктах питания, умение быстро реагировать на задание ведущего.

Ведущий бросает мяч игроку. Если это съедобный продукт – мяч нужно поймать, если нет – мяч нужно отбросить.

Решение проблемных ситуаций «Что будет, если...»

Цель: упражнять детей в умении оценивать проблемные ситуации, находить выход из создавшегося положения, рассуждать об этом.

Проведение: воспитатель напоминает детям, что Стобед попал в больницу, после того как поел фруктов в магазине. Как такое могло произойти? Могут ли дети оказаться в такой же ситуации? (ситуации в приложении)

Воспитатель предлагает детям высказать свою точку зрения по каждой ситуации.

Дети выводят свод правил: «Можно» и «Нельзя»

В конце дети делают вывод: если выполнять правила гигиены - беды не случится.

Для чтения детям

Питание

Очень важно спозаранку
Есть за завтраком овсянку.
Черный хлеб полезен нам,
И не только по утрам.
Рыбий жир всего полезней,
Хоть противный – надо пить.
Он спасает от болезней,
Без болезней – лучше жить!
От простуды и ангины
Помогают апельсины,
Ну, а лучше есть лимон,
Хоть и очень кислый он.
(Л.Зильберг)

Оздоровление детей

«Упрямый ослик» (укрепление горла)

Выбираются «ослики» и «погонщики». Ослики весело бегут, но вдруг останавливаются, не хотят идти дальше. Погонщики уговаривают осликов, но те начинают кричать «й-а, й-а».

- Что ты хочешь, мой милый Йа?
Сена, лепешек или молока?

обращается погонщик к ослику.

Ослик, получив желаемое, прекращает кричать. (Звук «й» укрепляет связки гортани).

«Колобок» (профилактика плоскостопия)

Тише, тише, колобок! Вдруг услышит серый волк.
(ходьба с высоким подниманием ног, согнутых в колене)
Тихо ножками пойдём, незаметно прошмыгнем.
(ходьба на носках, сохраняя хорошую осанку)
Но румяный колобок прыгнул прямо в огород,
(приподниматься на носки и опускаться на всю стопу)
Через грядки вдоль забора скачет, словно от Федоры.
(перекаты с носка на пятку)

«Самовар» (закаливающее дыхание)

Дети идут по кругу, руки на поясе, медленно произнося на выдохе «Бу»

«Навещаем - угощаем» (гимнастика для глаз)

Мы друг друга навещаем,
Мы друг друга угощаем:
Кто брусникой, кто черникой,
Клюквой, сладкой голубикой.

(переводят взгляд влево – вправо, вверх – вниз, затем спокойно закрыть глаза)

«Жарче, дырчатая тучка» (самомассаж)

Жарче, дырчатая тучка, поливай водичкой ручки,
(растереть ладони)

Плечики и локоточки, пальчики и ноготочки,
Мой затылочек, височки, подбородочек и щечки!
(постукивать пальцами по названным частям тела)

Трем мочалкою коленочки, щеточкой трем, хорошенечко

Пяточки, ступни и пальчики....

Чисто-чисто моем мальчика!

(растереть ладонями колени, ступни, пальцы ног)

«Ладушки – ладошки» (пальчиковая игра)

Мыли мылом ручки, мыли мылом ножки.
(показываем)

Вот какие ладушки, ладушки – ладошки!
(играем пальчиками)

Мы варили кашу. Помешали ложкой.
Вот какие ладушки, ладушки – ладошки!
Куколке – матрешке строим дом хороший.
(строим над головой домик)

Вот какие ладушки, ладушки – ладошки!

Подвижные игры

«У тетушки Настасьи» (хороводная игра)

Дети вместе с воспитателем идут по кругу со словами:

У тетушки Настасьи было пятеро детей,
Пятеро дочерей. Они не пили, не ели,
Друг на друга смотрели, разом делали, как я!

С окончанием слов останавливаются, воспитатель показывает общеразвивающее упражнение, движение, а дети выполняют его 3-4 раза. Затем вновь идут по кругу в противоположную сторону, и игра повторяется. После того, как все малыши освоят содержание игры, можно выбрать водящего, который встает в середину круга и показывает освоенные ранее упражнения. Обычно эту роль поручают смелому, активному малышу, который хорошо владеет своими движениями.

Можно не выбирать водящего заранее; воспитатель назначает водящим того, кто повторит движения лучше всех.

«Скучно, скучно так сидеть» малоподвижная игра

Играющие сидят на стульях. У противоположной стены стоят стулья, но их на 1-2 меньше, чем детей.

«Скучно, скучно так сидеть,
Друг на друга все глядеть;
Не пора ли пробежаться
И местами поменяться?»

По окончании слов дети должны быстро бежать и сесть у противоположной стены. Проигрывает тот, кто останется без стула.

«Пробеги тихо» (бег)

Один из детей садится посередине площадки и закрывает глаза. Остальные дети стоят на одном конце площадки. По 6 – 8 человек они перебегают на другой конец мимо сидящего ребенка. Если дети бегут тихо, водящий не может их останавливать. Если же он услышит шум шагов, то говорит: «Стой!» и не открывая глаз указывает направление шума. Если ведущий правильно указал направление, вся группа возвращается назад.

«Дай кролику морковку» (игра-забава)

Описание. Дети сидят на скамейках на веранде или площадке. Одному из них, более подготовленному, дают в руки морковку, которую он должен дать игрушечному кролику. Ребенок становится на расстоянии 3 м от кролика, ему завязывают глаза. Малыш должен подойти к кролику и дать ему морковку (поднести морковку к мордочке кролика).

Указания к проведению. Обычно ребенку не удается сразу точно выполнить задание и его действия вызывают смех у остальных детей. Поэтому водящего в этой и подобных ей играх назначают по желанию.

«Краски»

Выбирают «продавца», «покупателя», остальные дети – продукты. Каждый ребенок тихо говорит продавцу кто он.

Покупатель: - Тук-тук!

Продавец: - Кто там?

- Покупатель

- Зачем пришел?

- За продуктами

- За какими? (называет, что ему нужно)

Если такого продукта нет, покупателю говорят: «Иди по дорожке, найди сапожки, поноси и нам принеси»

Если покупатель угадал продукт, ребенок убегает, покупатель должен догнать.

Догнал – уводит к себе, если нет – меняется покупателем