**Игры по ОБЖ**

**Младший дошкольный возраст**

**Основы ЗОЖ**

**Дидактическая игра «Что нам нужно, что бы быть здоровыми?»**

*Цель:* Формировать знания о предметах личной гигиены. Активизировать словарный запас.

*Материал:* Картинки с изображением предметов личной гигиены (зубная щетка, расческа, мыло, зеркало, полотенце, шампунь, мочалка, вода)

*Ход:* Перед детьми на столе разложены картинки. Педагог загадывает детям загадки. Дети называют отгадку и находят картинку.

1. Волосистою головкой

В рот она влезает ловко

И считает зубы нам

По утрам и вечерам. *(Зубная щетка)*

2. Целых двадцать пять зубков

Для кудрей и хохолков,

И под каждым под зубком

Лягут волосы рядком. *(Расческа)*

3. Гладко, душисто,

Моет чисто,

Нужно, чтоб у каждого

Было душистое… (*Мыло*).

4. Я эту загадку в карман положу

Достану потом – на себя погляжу. *(Зеркало)*

5. После бани помогаю

Промокаю, вытираю

Пушистое, махровое

Чистое, новое. *(Полотенце)*

6. Чтобы волосы блестели

И красивый вид имели,

Чтоб сверкали чистотой

Мною их скорей помой. *(Шампунь)*

7. Вы меня намыльте смело,

Сразу я возьмусь за дело.

Руки, ноги, тело тру –

Грязь любую ототру. *(Мочалка)*

8. Чтобы чистым быть всегда

Людям всем нужна… *(Вода).*

**Дидактическая игра «Закончи пословицы»**

*Цель:* Формировать знания о ценности здорового образа жизни. Активизировать словарный запас. Развивать память, мышление.

*Ход:* Педагог говорит начало пословицы, дети заканчивают.

1. Чистота - ….(…залог здоровья)
2. Здоровье дороже …(золота)
3. Чисто жить…(здоровым быть)
4. Здоровье в порядке…(спасибо зарядке)
5. Если хочешь быть здоров…(закаляйся)
6. В здоровом теле…(здоровый дух)

**Дидактическая игра «Это я, это я, это все мои друзья!»**

*Цель:* Формировать знания о ценности здорового образа жизни. Активизировать речь, мышление.

Ход: Педагог задает детям вопросы. Если дети согласны, отвечают хором «Это я, это я, это все мои друзья!». Если не согласны – молчат

*Воспитатель*:

У меня к вам есть вопросы,

Отвечайте без ошибок

Отвечайте быстро, просто,

Обязательно с улыбкой.

Ктоиз вас всегда готов

Жизнь прожить без докторов?

*Дети.* Это я, это я, это все мои друзья.

*Воспитатель:*

Ктоне хочет быть здоровым,

Бодрым, стройным и веселым?

*Дети молчат.*

*Воспитатель:*

Кто из вас не ходит хмурый,

Любит спорт и физкультуру?

*Дети.* Это я, это я, это все мои друзья.

*Воспитатель:*

Ктомороза не боится,

На коньках летит, как птица?

*Дети.* Это я, это я, это все мои друзья.

*Воспитатель:*

Ктоже любит помидоры,

Фрукты, овощи, лимоны?

*Дети.* Это я, это я, это все мои друзья.

*Воспитатель:*

Ктопоел - и чистит зубки

Ежедневно дважды в сутки?

*Дети.* Это я, это я, это все мои друзья.

*Воспитатель:*

Ктоиз вас, из малышей,

Ходит грязный до ушей?

*Дети молчат.*

*Воспитатель:*

Ктосогласно распорядку

Выполняет физзарядку?

*Дети.* Это я, это я, это все мои друзья.

*Воспитатель:*

Кто*,* хочу у вас узнать,

Любит петь и танцевать?

*Дети.* Это я, это я, это все мои друзья

**Подвижная игра «Пылесосы»**

*Цель:* Формировать понятие о необходимости соблюдать чистоту для сохранения здоровья. Развивать быстроту, ориентировку в пространстве.

*Материал:* Разноцветные помпоны, 4 обруча тех цветов, что и помпоны.

*Ход:* На полу по углам зала раскладывают 4 обруча разных цветов – это цветные мешочки. Дети строятся в четыре команды около обручей. На полу рассыпают разноцветные помпоны в большом количестве – это пыль. Дети – это пылесосы. Звучит музыкальный микс. В первой части игры под музыку пылесосы «работают на медленной скорости», дети ходят врассыпную по залу. Во второй части игры на смену характера музыки «пылесосы переключают скорость и быстро убирают пыль» - собирают помпоны по цвету в свои обручи. Как только команда справилась с заданием встает около своего обруча и поднимает руки. Побеждает команда, которая быстрее выполнила задание.

**Музыкальная игра «Соблюдай режим дня правильно»**

*Цель:* Формировать понятие о необходимости соблюдения режима дня для укрепления и сохранения здоровья. Развивать двигательную активность, слуховое внимание.

*Материал:* Фонограммы веселой и колыбельной музыки.

*Ход:* Детям предлагают показать, как нужно соблюдать режим дня. Под веселую музыку дети веселятся и бегают, под колыбельную – ложатся на пол и «спят», под «тишину» дети садятся вокруг педагога, у которого в руках книга. Музыка звучит в чередовании.

**Музыкальная игра-импровизация «Микробы»**

*Цель:* Формировать представление о вреде микробов и борьбе с ними. Развивать двигательную активность, импровизационные движения, творческое воображение.

*Материал:* фонограмма игры «Микробы».

*Ход:* Дети выполняют движения, соответствующие словам:

*1. К нам коварные микробы в гости прибежали.*

*Захотели с нами жить, предлагают нам дружить*. - Дети изображают своими движениями лукавых и коварных микробов.

*2. Уговоры все напрасны, знаем мы, что вы опасны! -* Движения детей становятся резкими, угловатыми.

*3. Принимаемся за дело и взбиваем мыло в пену. -* Интенсивные круговые движения руками, согнутыми в локтях.

*4. Протираем, поласкаем, из мыла пузыри пускаем. -* Показать, как протирают пыль и поласкают вещи.

*5. Разлетелись пузыри, ты скорее их лови. -* Движения детей легкие, на прыжках и подскоках двигаются свободно по залу, показывая, как ловят мыльные пузыри.

**Витаминная семья.**

**Дидактическая игра «Питайся правильно»**

*Цель:* Формировать представления о полезных и вредных продуктах питания. Активизировать, мышление, память, речь.

*Материал:* Магнитная доска, изображения 2-х зубов (грустного и веселого), картинки с изображением полезных и вредных продуктов питания.

*Ход:* Дети разбиваются на 2 команды. В центре зала на магнитной доске два зуба: грустный и веселый, снизу разложены карточки с полезными и вредными продуктами. Дети по одному прикрепляют карточки (к грустному прикрепить карточки с вредными продуктами, а к веселому - полезные).

**Дидактическая игра «Витаминный салат»**

*Цель:* Формировать представление у детей о пользе овощей и фруктов и их влиянии на организм человека. Развивать мыслительные процессы (логическое мышление, внимание, зрительно-слуховую память, связную речь детей).

*Материал:* 2 тарелки, картинки с изображением овощей и фруктов

*Ход:* Дети делятся на 2 группы. Одной группе детей предлагается отобрать картинки и выложить на тарелке для приготовления фруктового салата, другой – овощного и объяснить, чем полезен данный салат для организма человека. Выигрывает тот ребёнок или команда, которая быстрее справится с заданием.

**Подвижная игра «Витамины и микробы»**

*Цель:* Формировать представление о пользе витаминов, о том, как витамины способствуют уничтожению микробов. Развивать ловкость и координацию, глазомер.

*Материал:* Теннисные мячи по количеству игроков, 2 черные корзины.

*Ход:* Дети строятся в две команды. Каждому участнику команды дается малый мяч, это и будет витаминка. На противоположной стороне лежит у каждой команды корзина. Задача игроков попасть в корзину мячом, то есть попасть витаминкой в микроб. Побеждает команда, которая сделает большее количество попаданий.

**Музыкальная игра «Огородная-хороводная»**

*Цель:* Закреплять знания детей о пользе употребления в пищу овощей. Развивать чувство ритма, певческие навыки.

*Материал:* Шапочки-маски: морковь, лук, капуста, шофер. Фонограмма песни «Огородная-хороводная»

*Ход:* Дети строятся в круг, берутся за руки. Нескольким детям надевают шапочки-маски овощей: морковь, лук, капуста и маску шофера. Дети идут по кругу, выполняя движения, соответствующие словам песни. Названные овощи по очереди выходят в центр круга, дети хлопают, овощи танцуют и остаются в кругу. В конце также выходит шофер. На последний проигрыш дети, стоящие в кругу, поднимают сцепленные руки вверх, образуя воротики. Овощи встают друг за другом за шофером, кладя руки на плечи впереди стоящего. Шофер «везет урожай», проходя змейкой через воротики.

**Спорт – это здоровье**

**Дидактическая игра «Зимние и летние виды спорта»**

*Цель:* Формировать знания детей о зимних и летних видах спорта.

*Материал:* Картинки с изображением зимних и летних видов спорта.

*Ход:* Дети делятся на 2 команды. Первая группа выбирает среди карточек зимние виды спорта, другая - летние виды спорта, и называют спорт. Выигрывает команда, быстрее справившаяся с заданием.

**Игровое упражнение «Не потеряй мяч»**

*Цель:* Формировать представления детей о виде спорта с мячом. Развивать ловкость, координацию, быстроту.

*Материал:* мячи по количеству детей

*Ход:* Дети подбрасывают мяч вверх и ловят, бросают об пол и ловят.

**Подвижная игра «Фигура спортсмена замри»**

*Цель:* Формировать представления детей о спорте и спортсменах. Развивать воображение, ловкость, координацию, быстроту.

*Материал:* 5 крупных картинок разных видов спорта.

*Ход:* Под музыку дети двигаются врассыпную по залу, на смену характера музыки замирают в позе спортсмена, который появляется на картинке. Игра повторяется 5 раз.