

Дидактические игры «Здоровое питание», как пример интеграции образовательных областей»

Сейчас фраза «Здоровый образ жизни» слышна буквально на каждом шагу. сегодня эта тема интересует практически всех. Особое внимание уделяется правильному питанию, ведь именно оно — одна из главных составляющих здорового образа жизни.

Давно подмечено, что с изменением режима и качества питания меняются даже физиологические параметры человека!

Навыки здорового питания должны формироваться с детства. У ребенка вырабатываются базовые предпочтения в еде, создается основа для его гармоничного развития. Питание представляет собой один из ключевых факторов, определяющих условия роста и развития ребенка. Хорошо известно, что любая, особенно белковая и витаминная недостаточность питания способна резко затормозить процессы роста и развития ребенка и даже привести к серьезным заболеваниям.

По этому с правилами рационального питания важно знакомить детей с самого раннего возраста. Но как быть, если ребенок отказывается от полезных продуктов, отдавая предпочтение различным вредным лакомствам?

Поскольку дети проводят большую часть дня в детском саду, то именно на воспитателей ложится обязанность научить ребенка полезно, вкусно, аккуратно, а главное правильно питаться. Правильное питание – одно из важнейших условий сохранения здоровья ребёнка, его нормального роста и развития

Каким же образом привлечь внимание ребенка к вопросу его правильного питания? Как развить интерес и научить детей заботиться о своем здоровье? Ответ приходит сам собой! Ведь ведущий вид деятельности ребенка – дошкольника - это игра.

Цель дидактических игр - формировать у детей представление о необходимости заботы о своём здоровье, о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья.

Дидактические игры по формированию культуры здорового питания, несут в себе множество функциональных задач:

- способствуют формированию у детей интереса и готовности к соблюдению правил рационального питания;
- углубляют представления о продуктах питания, их влиянии на организм человека;
- развивают познавательную активность;
- способствуют обогащению и активизации словаря;
- развивают словесно-логическое мышление, воображение, внимание;
- способствуют развитию игровой деятельности, навыков общения и партнерства.
- воспитывают культуру питания.

Дидактические игры очень удобны и в работе воспитателя: их можно с легкостью включить и в непосредственную образовательную деятельность, и в индивидуальную работу с детьми, и предложить самостоятельно поиграть в свободное время.

Мы хотим представить вашему вниманию некоторые дидактические игры, которые мы используем в своей работе с детьми в этом направлении.

Представляем вашему вниманию игровое пособие «Познавательный бизборд». Это куб с разновидностями дидактических игр, специально созданных в целях обучения и воспитания детей здоровому образу жизни. Они направлены на решение конкретных задач в развитие познавательных навыков детей и закрепления ранее полученных знаний.



Рассмотрим подробнее стороны нашего бизборда:
Сторона – оранжевого цвета.



На ней расположены дидактические игры, «Что любят наши зубы?», «Кушайте на здоровье», «Полезные продукты», «Меню для сказочных героев» «Мы варим суп, кашу, компот... «Магазин загадок»...

Альбомы: «Микробы», «Витамины», «Рецепты вкусных блюд», «Любимое меню»...

Лэпбуки: «Здоровое питание, «Здоровый образ жизни» «Где живут витамины», «Азбука здоровья» «Полезная еда».....

На стороне зеленого цвета расположены игры по сервировке стола: какая бывает сервировка (завтрак, обед, полдник, праздничная), правила этикета, лепбуки, альбомы, все, что связано с сервировкой стола и этикетом.



На стороне голубого цвета мы расположили игры на тему «Строение человека». Это игры на магнитах: дети изучают где располагаются части тела, кровеносная система, нервная система, скелет человека. И какие продукты питания оказывают благоприятное влияние на их развитие и рост.



Сторона желтого цвета. На ней расположены дидактические игры экологического характера: «Рассортируй мусор», «Экологические пирамиды», «Птицы», «Лес», «Деревья», «Ты человек – люби природу», «Экологическая тропинка», Экология планеты», лэпбуки: «Экологическое воспитание», «Домашние животные» и др, картотеки опытов, помогающие узнать детям, что для здорового образа жизни человеку необходим чистый воздух, чистая вода, чистая почва.



Верхняя пятая сторона нашего куба имеет сектора разного цвета, каждому цвету соответствуют конверты с заданиями. Это игра «Эрудит», она может быть как стационарная, так и съемная. Это игру можно использовать с детьми, как фронтально, так и индивидуально, и с подгруппой детей.

Задания в конвертах можно менять в зависимости от темы игры и уровня сложности.

Также она может быть использована и в работе с родителями при организации «Викторин», «Мастер – класса», «Семейной гостиной». Приобщая родителей к организации правильного питания и дома в семье.



Это еще одно многофункциональное пособие «Волшебный куб»



Использование этого пособия помогает...

- Расширять знания детей о продуктах, о составе блюд, о здоровом и нездоровом питании, установить взаимосвязь, что здоровье зависит от правильного питания (еда должна быть не только вкусной, но и полезной);
- Уточнить и обогатить знание детей о пользе витаминов, о влиянии витаминов на организм человека;
- Формировать у детей интерес и готовность к соблюдению правильного, рационального и здорового питания;
- Воспитывать у детей правильное отношение к питанию, как составной части сохранения и укрепления своего здоровья
- Развивать диалогическую речь и коммуникативных навыков с использованием игрового пособия.
- Способствовать развитию умения классифицировать и расшифровывать информацию с помощью знаков-символов

Основные достоинства пособия – «Волшебный Куб»:

- доступность материала для восприятия дошкольниками,
- безопасность;
- креативность.
- мобильность,
- возможность замены учебного материала,
- куб даёт педагогу возможность использовать в работе самые разные дидактические игры, направленные на формирование детского словаря, на развитие познавательных процессов

«Волшебный куб» имеет форму куба с 6-ю гранями плоскостных изображений продуктов и алгоритма приготовления блюд.



Изображения съемные, они прикрепляются к кубу с помощью липучек, прост в изготовлении, многофункционален, занимает мало места. Каждую сторону можно использовать для создания различных сюжетов и проведения нескольких вариантов игр. При этом всегда остается возможность углублять, расширять, усложнять содержание игры, дополнять пособие новыми играми.

Основные достоинства пособия – «Волшебный Куб»

Насыщенность. Пособие соответствует возрастным особенностям детей 4 – 7 лет, обеспечивает игровую, познавательную, исследовательскую, творческую активность детей

Трансформируемость. Пособие предполагает возможность его изменения в зависимости от образовательной ситуации.

Полифункциональность обеспечивается за счет наличия съемных элементов, которые не обладают жестко закрепленным способом. Пособие возможно использовать в различных областях, в зависимости от поставленных задач, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

Вариативность. Пособие «Волшебный куб» может использоваться в игровой деятельности, в НОД, в самостоятельной деятельности детей, в коррекционной работе.

Доступность. Оборудование находится в свободном доступе для детей.

Безопасность. Все элементы комплекта соответствуют требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования. Пособие изготовлено из безопасных материалов, поддается влажной уборке, не представляют угрозы для жизни и здоровья детей.

Дети часто испытывают трудности при составлении рассказа и пересказа. Данное пособие помогает детям развивать связную речь, грамматически правильно строить предложения и составлять рассказы.

Одно из главных достоинств данное пособие можно использовать в качестве сюрпризного момента.



Также к Вашему вниманию предоставляем игровые пособия:

Большая книга «Правильное питание». С одной стороны игры по сервировке стола, с другой стороны игры на знание классификации витаминов в продуктах питания.

Так как детали съемные и крепятся на маленькие липучки, игровое пособие способствует проявлению у детей инициативы, самостоятельности в организации игр.



Лэпбук «Календарь пищевого поведения».

В нем находятся игры на знание витаминов, минералов, белков, жиров, углеводов...находящихся в том или ином продукте, И пирамида полезных продуктов.

Детальки находятся в прозрачных кармашках, легко доступны детям.



Все эти игровые пособия содержательно-насыщенные, трансформируемые, полифункциональные, вариативные, доступные и безопасные для детей. Они являются и методом обучения, и самостоятельной игровой деятельностью. При этом содержания игр и их правила подчинены воспитательно-образовательным задачам, выдвигаемыми конкретными программными требованиями.

Таким образом использование дидактических игр позволяет:

- создать условия для расширения представлений детей о правильном питании, направленных на сохранение и укрепление здоровья
- содействовать формированию у ребят готовности соблюдать эти правила
- содействовать воспитанию у детей культуры здорового питания.

Все это показывает, что использование в работе с детьми дидактических игр, направленных на формирование основ правильного питания, дает положительный результат.

Мы и в дальнейшем продолжим работать в этом направлении. Надеемся, что представленные дидактические игры и пособия вас заинтересовали и многим пригодятся в непосредственной профессиональной деятельности!