**Дидактическая игра под.**

**«Я здоровье сберегу, сам себе я помогу»**

Цель: закрепить у детей знания о зависимости здоровья от соблюдения гигиены, режима дня, правильного питания, закаливания, двигательной активности и эмоционального состояния. Учить детей осознанно подходить к своему здоровью. Развивать внимание, память активизировать речь.

Оборудование: 6 тематических наборов карточек: гигиена, режим дня, питание, закаливание, спорт, настроение.

Варианты игры:

* Детям предлагают рассмотреть карточки, назвать, что на карточке; чем оно полезно для здоровья
* Детям предлагается разложить карточки на шесть групп: гигиена, режим дня, питание, закаливание, спорт, настроение
* Детям предлагается подобрать карточки к словам:

- «Помни про закон простой – руки мой перед едой»

- «Соблюдаем мы режим – со здоровьем дружны»

- «Мы запомнили навсегда: для здоровья нам нужна лишь полезная еда»

- «Закаляйся, будь здоров и забудь про докторов»

- «Люди с самого рожденья жить не могут без движенья»

- «Если с радостью дружны, вам болезни не страшны»

- «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу»

