

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА  
ДЕТСКИЙ САД №75

# Проект

## «Азбука здоровья»

(для старшей группы детского сада)

**Подготовили:**  
воспитатель  
**Фоменко И.А.**  
ПДО  
**Сафронова О.Е.**

Белгород, 2014г

## **Проект «Азбука здоровья!»** (для старшей группы детского сада)

### **Актуальность:**

Проблема воспитания личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни в последние годы является особенно актуальной в связи с негативной тенденцией к ухудшению состояния здоровья всех социально-демографических групп населения России и особенно детей дошкольного и школьного возраста. Ее решение требует активного осмысленного отношения к своему здоровью и укреплению его с детских лет. Россиян сейчас умирает так много, а рождается так мало, что, по сути, каждый ребенок является достоянием страны. Тем более что здоровье детей ухудшается год от года. Ученые утверждают, что у нас абсолютно здоровы только 3 %.

В современном мире здоровье перестаёт быть только личной проблемой конкретного человека. Новая концепция здоровья подтверждает его социальную сущность, которая заключается в распределении ответственности за охрану здоровья между обществом, индивидуумом и медицинскими работниками. Здоровье как общественная проблема охватывает комплекс медико-биологических, психологических, физкультурно-оздоровительных и социальных наук. В этой связи закономерно, что дошкольное образование в последние годы тоже повернулось лицом к данной проблеме, ведь от состояния здоровья детей напрямую зависит благополучие любого общества. Если на сегодняшний день у 80% детей дошкольного возраста наблюдаются какие-либо нарушения физической, психической и соматической сфер, а к моменту окончания школы их число увеличивается до 90 и более % (по сведениям РАМН). Соответственно под угрозой оказывается всё взрослое население общества, поскольку ослабление здоровья подрастающего поколения в геометрической прогрессии угрожает здоровью последующих поколений.

Выдающийся педагог Я.А.Коменский ещё в свое время заметил: «Кто-то сказал, что должно молить богов о том, чтобы в здоровом теле был здоровый дух. Нужно, однако, не только молиться, но и трудиться!» Дошкольники в этом отношении являются наиболее перспективной возрастной категорией. К сожалению, состояние здоровья детей с каждым годом ухудшается, не смотря на усилия родителей, медиков, педагогов.

Целью нашей работы по здоровьесбережению всегда было и будет оздоровление детей, а также создание таких условий, которые помогут каждому ребенку стать телесно и психически здоровым, многогранно способным, радостным и счастливым.

Организация занятий по воспитанию и формированию, сохранению и укреплению здоровья детей предусматривает активную практическую, самостоятельную и интеллектуальную деятельность детей и воспитателя.

Целью работы по организации здоровьесберегающей среды стало повышение школьной готовности детей к усвоению общеучебных умений и их применению для анализа простейших экологических связей «Я - мое поведение – окружающий мир»; развитие экологического стиля мышления, способности

детей управлять своими действиями, поведением в интересах собственного развития, здоровья, экологической безопасности окружающей среды, экономного потребления.

Работа по формированию представлений и навыков здорового образа жизни в нашем детском саду реализуется через все виды деятельности детей. Проводится в системе, согласно образовательной программе ДООУ, включающей в себя работу по оздоровлению детей через занятия, игры, режимные моменты, а также взаимодействие с семьей, привлечение родителей к закреплению навыков здорового образа жизни.

**Концептуальность:**

Педагогическая идея проекта раскрывается в словах В.А.Сухомлинского: «Я не боюсь ещё и ещё раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависят их духовная жизнь и мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». Мы уверены в том, что здоровье ребенка напрямую зависит от выполнения, причем качественного, своих должностных обязанностей и «теплого» отношения к сохранению здоровья каждого ребенка.

Для реализации данного направления педагогической деятельности был разработан проект “Азбука здоровья” для работы с детьми старшего возраста.

**Проблема:**

Незаинтересованность родителей в организации двигательной деятельности детей и приобщения детей к здоровому образу жизни.

**Обоснование проблемы:**

- неосведомленность родителей о важности здорового образа жизни, совместной двигательной деятельности с детьми.
- недостаточность знаний родителей о физических навыках и умениях детей данного возраста.
- невнимание родителей к здоровому образу жизни в семье.

**Гипотеза проекта:** Применение здоровьесберегающих технологий, обучение детей правилам здорового образа жизни, пропаганда ЗОЖ среди родителей и совместная работа семьи и детского сада помогут воспитать здоровое поколение.

**Цели проекта:**

- Пропаганда здорового образа жизни.
- Развитие потребности ребёнка в знаниях о себе и о своём здоровье.
- Обучение детей оценивать и прогнозировать своё здоровье.
- Устанавливать тесную взаимосвязь родителей и воспитателей в воспитании здорового образа жизни.
- Повышение стремления родителей использовать двигательную деятельность с детьми для формирования основ здорового образа жизни.
- Развитие экологического стиля мышления, способности детей управлять своими действиями, поведением в интересах собственного развития, здоровья, экологической безопасности окружающей среды, экономного потребления.

**Задачи проекта:**

1. Заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.
2. Дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми.
3. Расширить знания родителей о физических умениях и навыках детей.
4. Обогащать представления детей о строении тела человека и его функциях.
5. Обогащать представления детей о витаминах, их роли в жизни человека.
6. Воспитывать осознанное отношение их своему здоровью.

**Этапы реализации проекта:**

**1. Этап – подготовительный( сент. 2013/14 уч.г.)**

- Беседа с детьми по теме проекта.
- Диагностика детей.
- Обсуждение цели и задач, обоснование, предсказание путей реализации проекта со всеми участниками проекта.
- Подборка и изучение необходимой литературы.
- Подборка материалов и создание необходимых условий для реализации проекта.

**2. Этап — основной (октябрь- март 2013/14 уч.г.)**

- Внедрение в воспитательно–образовательный процесс инновационных и эффективных методов и приёмов по расширению знаний о здоровом образе жизни.
- Заготовка материалов для создания огорода на окне, посев и семян и посадка растений, уход за ними.
- Выставка детских работ / рисунки, лепка / «Что мы вырастили».
- Создание фотоальбома «Как мы потрудились».
- Уточнение представлений детей о том:
  - что такое здоровье и как его сберечь;
  - что такое внутренние органы, для чего они работают;
  - что такое режим, гигиена и закаливание;
  - что такое витамины, в чём они содержатся и как влияют на здоровье;
  - что такое полезные и не полезные продукты;
  - какая бывает вода;
  - какие бывают болезни, что их вызывает, что такое микробы и вирусы;
  - как предупреждать болезни, некоторые правила оказания себе первой помощи;
  - что такое аптека, для чего она нужна;
  - что такое лекарственные растения, лекарственные растения нашего края.
- Разработка и накопление методических материалов, разработка консультаций по теме проекта.

**3. Этап — заключительный (апрель-май 2013/14 уч.г.)**

- Обработка результатов по реализации проекта.
- Итоги диагностики.
- Выставка книг, памятки.

### **Ожидаемые результаты реализации проекта:**

- Создать необходимых условий в ДОУ по формированию у дошкольников целостного представления о здоровом образе жизни, развитии у детей любознательности, творческих способностей, познавательной активности, коммуникативных навыков.
- Повысить заинтересованность детей совместно с родителями в заботе о здоровье детей и взрослых.
- Привлечь родителей к реализации проекта.
- Качественная реализация проекта позволит **сформировать у детей следующие представления:**
  - что такое здоровье и как его сберечь;
  - что такое внутренние органы, для чего они работают;
  - что такое режим, гигиена и закаливание;
  - что такое витамины, в чём они содержатся и как влияют на здоровье;
  - что такое полезные и не полезные продукты;
  - какая бывает вода;
  - какие бывают болезни, что их вызывает, что такое микробы и вирусы;
  - как предупреждать болезни, некоторые правила оказания себе первой помощи;
  - что такое аптека, для чего она нужна;
  - что такое лекарственные растения, лекарственные растения нашего края.

**Участники проекта:** дети, воспитатели группы, родители, узкие специалисты ДОУ, студенты БелПК

**Формы проведения:** непосредственная образовательная деятельность, беседы, самостоятельная деятельность детей, игры, работа с родителями.

**Продолжительность проекта:** 9 месяцев (сентябрь 2013 – май 2014).

#### **Реализация проекта в работе с детьми:**

##### ***Ежедневная профилактическая работа***

Создание системы двигательной активности в течение дня:

- утренняя гимнастика (ежедневно);
- профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения);
- гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»;
- воздушное закаливание;
- прогулки с включением подвижных игр;
- физкультминутки и паузы (на малоподвижных занятиях);
- эмоциональные разрядки, релаксация;
- ходьба по массажным коврикам, песку, гальке (босохождение).

##### ***Профилактическая работа в течение года:***

- оздоровительная площадка;

- рациональное питание;
- профилактика заболеваемости (ароматизацию помещений (чесночные букетики), чесночно-луковые закуска, салаты из свежих овощей и фруктов, использование оксалиновой мази перед прогулками в зимне-весенний период);
- упорядочение режима дня, проведение занятий на свежем воздухе, регулярные физкультурные занятия с использованием разнообразного спортивного инвентаря;
- организация занятий по воспитанию и формированию, сохранению и укреплению здоровья детей.

### **Беседы, чтение художественной литературы:**

- «Беседа о здоровье, о чистоте». Решение проблемных ситуаций;
- «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу»;
- Встреча с «Витamiном», который рассказывает о значении питания в жизни человека (дидактические игры);
- «Что вкуснее таблетки или овощи?»;
- Беседа-игра, включающая прибаутки, используемые при мытье рук, умывании;
- Блиц-опрос детей «Что я знаю о здоровье?»;
- Беседы «Лекарственные растения», «Чтобы быть здоровым», «Здоровая полноценная пища»;
- Рассматривание иллюстраций, фотографий о здоровом образе жизни;
- Заучивание пословиц, поговорок о здоровье;
- Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Мойдодыр», "Вовкина победа" А. Кутафин и др.

### **НОД:**

- «Овощи и фрукты»;
- «Главный моторчик нашего тела»;
- «Сколько овощей на грядке»;
- «Наши защитники: кожа, волосы и ногти»;
- «Для чего человеку нос?»;
- «Самая быстрая улитка в мире» (органы слуха человека);
- «Чудесное яблоко» или «Зеркало души»;
- «Наши умные помощники — органы чувств»;
- «Для чего человек ест?»;
- «Как сохранить зубы здоровыми?»;
- «Что такое витамины?»;
- «Посадка лука для зелени»;
- «Превращения воды»;
- «Как стать сильным?»;
- «Лекарственные растения»;
- «Советы Айболита»;
- «В поисках волшебного цветка здоровья»;

### **Игры:**

- Сюжетно ролевые игры: «Поликлиника», «Аптека».

- Дидактические игры: «Что лишнее?», «Съедобное — несъедобное», «Опиши, мы отгадаем» и др.
- Организация на воздухе подвижных игры «Делай, как я», «Ловишки в кругу» и т. д.

#### **Работа с родителями:**

- Консультации (Воспитание здорового ребёнка, памятки, рекомендации).
- Выпуск газеты для родителей «Ваше здоровье».
- Оформление копилки «Бабушкины рецепты».
- Викторина «Если хочешь быть здоров».
- Фотовыставка «Я учусь быть здоровым».
- Составление кроссвордов о здоровье (спорт, витамины, правильное питание).
- Индивидуальные беседы физических умениях и навыках каждого ребенка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми и т.д.
- Карточка «Сундучок бабушкиных рецептов».

#### **Работа по совместной деятельности родителей и детей:**

- Выставка рисунков «Я учусь быть здоровым».
- Ярмарка «Урожай» (поделки из овощей и фруктов).
- Индивидуальные проекты – презентации «Как я забочусь о здоровье своего ребенка».

### **Перспективный план реализации проекта «Азбука здоровья»**

#### **Сентябрь**

- **Консультации для родителей** (воспитание здорового ребёнка, памятки, рекомендации).
- **«Беседа о здоровье, о чистоте».** Решение проблемных ситуаций.
- **Заучивание пословиц, поговорок о здоровье.**
- **«Овощи и фрукты» — рисование.**

*Цели.* Закрепить представления о полезных для здоровья продуктах. Развивать наблюдательность, мелкую моторику рук.

*Материалы и оборудование.* Муляжи овощей и фруктов, натюрморты, альбомный лист, краски.

- **«Главный моторчик нашего тела».**

*Цели.* Формировать у детей представления о значении сердца в организме человека. Познакомить со способами тренировки сердца. Учить обращать внимание на состояние своего здоровья.

*Материалы и оборудование.* Схема кровообращения человека.

*Литература.* «Дошкольная педагогика», апрель, 2007, с.27.

#### **Октябрь**

- **Индивидуальные беседы** о физических умениях и навыках каждого ребенка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми и т.д.
- **Рассматривание иллюстраций, фотографий о здоровом образе жизни.**
- **Беседа-игра, включающая прибаутки, используемые при мытье рук, умывании.**
- **«Сколько овощей на грядке» — аппликация.**

*Цели.* Закрепить представления о полезных для здоровья продуктах. Развивать наблюдательность, мелкую моторику рук.

*Материалы и оборудование.* Муляжи овощей и фруктов, натюрморты, пластилин, стеки.

- **Ярмарка «Урожай»** (поделки из овощей и фруктов).
- **«Наши защитники: кожа, волосы и ногти».**

*Цели.* Подвести детей к пониманию роли кожи, ногтей, волос в жизни человека. Освоить информацию о том, что кожа – помощница в познании окружающего мира. Развивать навыки детей по уходу за кожей, ногтями, волосами. Дать знания об оказании первой помощи при повреждениях кожи.

*Материалы и оборудование.* Теплая и холодная вода в стаканах, знакомые детям предметы для игры «Волшебный мешочек», мнемотаблица «Функции кожи».

*Литература.* Н.О. Сизова «Валеология», с.25-30, «Дошкольная педагогика», апрель, 2007, с.26.

### Ноябрь

• **«Для чего человеку нос?».**

*Цели.* Познакомить детей с важным органом обоняния — носом. Учить бережно относиться к своему здоровью.

*Материалы и оборудование.* Модели для объяснения функций носа (фильтр, печка).

*Литература.* О.А. Воронкевич. Добро пожаловать в экологию! с. 220-221.

• **«Самая быстрая улитка в мире»** (органы слуха человека).

*Цели.* Познакомить с важным органом чувств — ухом. Дать понятие о его функциях. Рассказать, как работает слуховой аппарат, как важно соблюдать гигиенические правила; объяснить, что ухо — очень чувствительный и нежный (ранимый) орган, от состояния которого зависит благополучие человека. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

*Материалы и оборудование.* Схемы строения слухового аппарата человека, схематичные изображения полезного и вредного для ушей.

*Литература.* О.А. Воронкевич. Добро пожаловать в экологию! с. 204-205.

### Декабрь

• **«Чудесное яблоко» или «Зеркало души».**

*Цели.* Познакомить с органом чувств — глазом и его основными функциями. Продолжать учить способам снятия напряжения с глаз, глазной гимнастике.

*Материалы и оборудование.* Схемы строения глаза человека, схематичные изображения полезного и вредного для глаз.

*Литература.* О.А. Воронкевич. Добро пожаловать в экологию! с. 197-198.

• **«Наши умные помощники — органы чувств».**

*Цели.* Сформировать у детей представления о способах познания окружающего мира. Закрепить знания о необходимости ухода за органами чувств. Развивать умение понимать мимику человека.

*Материалы и оборудование.* Модели органов чувств, реквизит для игр «Узнай по запаху», «Узнай на вкус», «Какой инструмент звучит?»

*Литература.* О.А. Воронкевич. Добро пожаловать в экологию! с. 225-231.

### Январь

• **Викторина «Если хочешь быть здоров».**

• **«Для чего человек ест?»**

*Цели.* Сформировать у детей представления о том, что пища необходима для жизни человека, и об основных органах пищеварения. Развивать познавательный интерес к строению человеческого организма.

*Материалы и оборудование.* Схема пищеварения человека.

*Литература.* О.А. Воронкевич. Добро пожаловать в экологию! с.353-354.

• **«Как сохранить зубы здоровыми?»**

*Цели.* Продолжать знакомить детей с правилами ухода за полостью рта и зубами. Учить делать выводы. Воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

*Материалы и оборудование.* Схема строения здорового и больного зуба.

*Литература.* «Дошкольная педагогика», апрель, 2007, с.24.



- **Сюжетно - ролевая игра “Кафе”**

Цели. Развитие потребности в полезной пище. Обогащение социального опыта. Воспитание навыков культуры поведения.

### Февраль

- **Беседа «Что вкуснее таблетки или овощи?»**

- **«Что такое витамины?»**

*Программные задачи.* Познакомить детей с понятием «витамины». Формировать познавательный интерес к витаминам и их роли в жизни человека. Способствовать воспитанию у детей бережного отношения к своему здоровью.

*Материалы и оборудование.* Мнемотаблица «Доктора природы», иллюстрации продуктов, содержащих витамины.

- **«Посадка лука для зелени».**

*Цели.* Закрепить представления о последовательности трудового процесса, используя модели. Сформировать представления о потребности растений в земле. Воспитать интерес к посадке растений.

*Материалы и оборудование.* Модель посадки лука, горшочек с землей, вода в лейке, лук.

*Литература.* О.А. Воронкевич. Добро пожаловать в экологию! с. 39.

- **Фотовыставка «Я учусь быть здоровым».**

- **Экспериментальная деятельность “Превращения воды”**

*Цели.* Расширять знания детей о различных состояниях воды. Воспитывать бережное отношение к водным ресурсам нашей планеты. Воспитывать познавательный интерес.

### Март

- **Выпуск газеты для родителей «Ваше здоровье».**

- **«Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу»**

*Цель.* Научить ребёнка заботиться о своём здоровье.

- **Сюжетно ролевые игры: «Поликлиника», «Аптека».**

*Цели.* Закреплять представление о работе аптеки, поликлиники. Воспитывать уважение к представителям профессий доктора, медсестры, аптекаря (провизора).

- **«Как стать сильным?»**

*Цели.* Вызвать у детей желание совершенствовать свои физические способности. Учить детей понимать, для чего нужны правила, побуждать к выполнению правил.

*Материалы и оборудование.* Сюжетные картинки, на которых изображены дети, занимающиеся спортом.

*Литература.* В.Н. Волчкова, Н.В. Степанова. Конспекты занятий во второй младшей группе детского сада, с.239-240.

### Апрель

- **«Лекарственные растения».**

*Программные задачи.* Познакомить детей с лекарственными растениями нашего края. Формировать познавательный интерес к лекарственным растениям и их роли в жизни человека. Воспитывать осознанное отношение к употреблению в пищу лекарственных растений.

*Игры.* «Узнай целебную траву».

*Материалы и оборудование.* Иллюстрации с изображением лекарственных растений (одуванчик, крапива, подорожник, ромашка), засушенные растения, гербарий «Растения нашего края», гербарий лекарственных растений, лекарственные сборы, мнемотаблица «Доктора природы».

*Литература.* Т.М. Бондаренко. Экологические занятия с детьми 6-7 лет, с.44-47, «Дошкольная педагогика», апрель, 2007, с.27, Н.О. Сизова «Валеология», с.57.

- **Консультация для родителей “Советуем посадить дома”.**

- **«Советы Айболита».**

Фоменко И.А., Сафронова О.Е

*Цели.* Закреплять знания детей о пользе здоровьесберегающих условий жизни. Способствовать воспитанию у детей бережного отношения к своему здоровью; формированию представления о том, что в весеннее время особенно полезна витаминная пища и солнце. Развивать умение заботиться о своем здоровье. Обобщать знания детей о закаливании. Развивать умение детей объяснять пользу гимнастики, закаливания, правильного питания.

Игры. «Порадуйся солнышку».

*Материалы и оборудование.* Мнемотаблица «Доктора природы», гербарий лекарственных растений.

*Литература.* «Дошкольная педагогика», апрель, 2007, с.27, Н.О. Сизова «Валеология», с.57, Система экологического воспитания в ДОУ. Сост. О.Ф. Горбатенко, с.74.

## Май

### • «В поисках волшебного цветка Здоровья».

*Цель.* Вызвать у детей желание заботиться о своём здоровье, помочь в развитии привычки ЗОЖ. Познакомить с основными витаминами и их полезными свойствами.

*Материалы и оборудование.* Письмо от Непослухи, волшебный цветок с надписями, коллаж «Уход за зубами», раздаточный материал для проведения игры «Зуб – неболейка», продукты (муляжи, картинки для игры «Витаминка», диск со слайдами «Остров Тётушки Совы», аудиозаписи, мешочек с предметами личной гигиены (расчёска, зубная щётка, паста, носовой платок, мыло, полотенце, сигнальные карты с изображением зубов «больной» и «здоровый», мольберт, компьютер, угощение – фруктовый шашлычок.

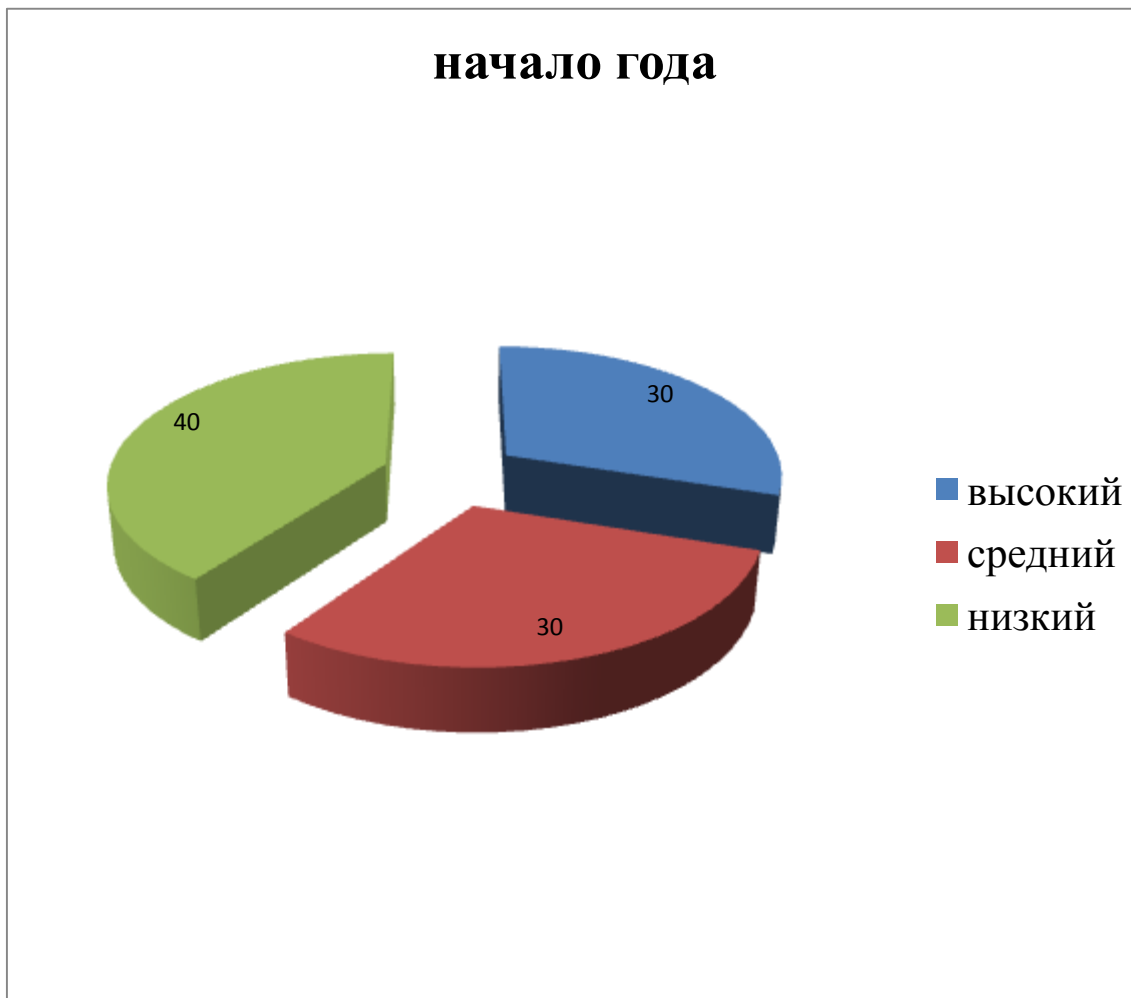
### • Оформление копилки «Бабушкины рецепты».

### • Праздник “Азбука здоровья”

*Задачи.* Подведение итогов проекта “Азбука здоровья”. Воспитание чувства ответственности за своё здоровье и необходимости заботиться о нём. Создание условий для сотрудничества педагогов и родителей в воспитании детей.

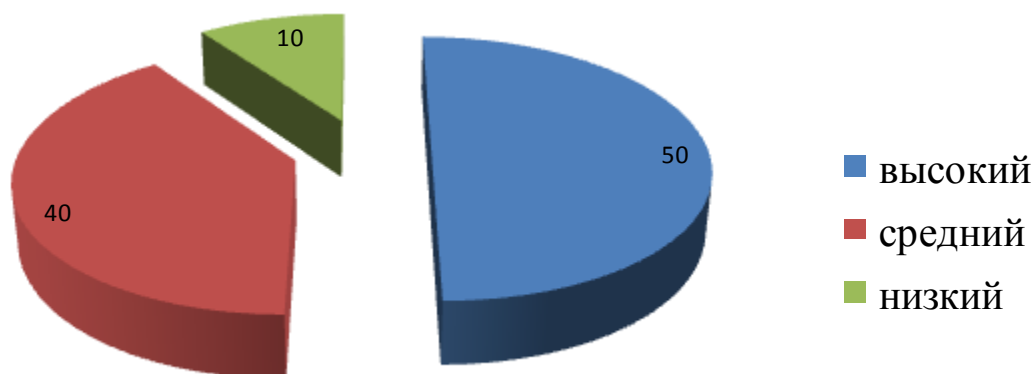
Фоменко И.А., Сафронова О.Е  
Диагностика эффективности проекта

«Азбука здоровья»



В начале года дети показали следующие знания о здоровом образе жизни:  
высокий уровень – 30%  
средний уровень – 30%  
низкий уровень – 40%

### конец года



В конце года дети показали следующие знания о здоровом образе жизни:  
высокий уровень – 50%  
средний уровень – 40%  
низкий уровень – 10%

1. Большакова С. Е. Формирование мелкой моторики рук: Игры и упражнения. – М. : ТЦ Сфера, 2006 (Логопед в ДОУ) .
2. Блинова Г. М. Познавательное развитие детей 5-7 лет. Методическое пособие. М. : ТЦ Сфера, 2009. (Вместе с детьми) .
3. Ковалева Г. А. воспитывая маленького гражданина... : Практическое пособие для работников ДОУ. – М. : АРКТИ, 2003 – (Развитие и воспитание дошкольника) .
4. Новиковская О. А. Сборник развивающих игр с водой и песком для дошкольников. СПб. : «ДЕТСТВО\_ПРЕСС», 2005.
5. Шилаева Г. П., Журавлёва О. М., Сазонова О. Г. Правила поведения для воспитанных детей. – М. : Филологическое общество «СЛОВО»; Эксмо, 2007.
6. Шорыгина Т. А. Беседы о здоровье: Методическое пособие. – М. : ТЦ Сфера, 2008.- (Вместе с детьми) .

### **Нормативно-правовое обеспечение**

- Закон РФ «Об образовании»;
- Санитарные нормы и правила, утвержденные совместным Постановлением Министерства образования РФ и Госсанэпиднадзора;
- Инструктивно-методическое письмо «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» от 14.03.2000 г. № 65/23-16;
- Устав образовательного учреждения;
- Конвенция о правах ребенка;
- Конституция РФ, ст. 38,41,42,43;
- Приказ Минздрава РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений» от 4 апреля 2003 г. № 139.

### **Приложения к проекту:**

1. Перспективный план реализации проекта.
2. Беседа: «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу».
3. Использование игровых ситуаций в повседневной жизни в формировании понятий о здоровом образе жизни.
4. Потешки при умывании.
5. Конспект интегрированного занятия в старшей группе «Мяч и я – друзья».
6. Загадки, пословицы, поговорки и стихи о спорте и здоровом образе жизни.
7. Стихи про спорт и здоровый образ жизни.
8. Пословицы, поговорки, загадки фольклор считалки о лекарственных растениях.
9. Экологические игры.