**Перспективное планирование**

Работы по здоровье - сберегающей технологии

Задачи работы:

1.Формирование у детей мотивационных основ валеологически обоснованного поведения, физическое и психическое саморазвитие.

2.Формирование у детей представлений о внешнем строении человека и его особенностей.

3.Сформировать у детей правильное представление о понятии здоровья, что такое быть здоровым. Вызвать у детей желание и стремление не болеть, а быть здоровым.

4.Воспитание потребности в валеологически обоснованном поведении (воспитывать в детях привычки самообслуживания, стремления следить за правильной осанкой, чистотой своего тела, порядком в одежде, вещах).

5.Обучение родителей валеологическим методам анализа и коррекции здоровья собственных детей.

**Младшая группа (3-4 года)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| месяц | Организованная деятельность | Развивающая среда | Работа с родителями |
| Х | Тема: «Палка – палка, огуречик – получился человечек».  Цель: Уточнить представления детей о том, какие люди разные. Однако тело у нас одинаковое. Уточнить какие части тела у человека и для чего они нужны.  Тема: «Свет мой зеркальце скажи».  Цель: рассматривание себя в зеркальце; уточнение частей тела, лица. Дать элементарные представления об отличиях человека от животного. | **.** д/и «Собери человечка»  . Творческая работа: для чего нужны человеку руки, ноги, голова, рот, зубы, нос и др. части тела | Творческая работа  «Нарисуй человека» |
| ХI | Тема: «Глазки – подсказки».  Цель: дать детям представление, для чего нужны глаза. Отметить важное значение бережного отношения к зрению. | **.**Пособие «Что приятно и что вредно для глаз» | Консультация по сохранению зрения. |
| I | Тема: «Ушки на макушке».  Цель: дать детям представление, для чего нужны уши. Отметить бережное отношение к органу слуха. | **.**Пособие «Что хорошо для ушей, а что вредно». |  |
| II | Тема: «Нюх – нюх».  Цель: дать детям представление об органе обоняния. Отметить бережное отношение к данному органу. | **.**Пособие «Что приятно для носа, а что нет». | КГН навыки самообслуживания детей 3-4 лет. |
| III | Тема: «Зубами щелк – щелк».  Цель: сформировать представление о значении зубов; учить детей правильно ухаживать за своими зубами. | **.**Пособие «Что полезно для зубов, а что нет». | Консультация:  Рефлекторная взаимосвязь зубов с разными частями организма. |
| IV | Тема: «Умываться по утрам и вечерам».  Цель: дать элементарное представление о коже, ее значении. Воспитывать стремление следить за чистотой кожи и всего тела | **.**Пособие «Что полезно для кожи, а что нет». |  |

**Средняя группа (4-5 лет)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| месяц | Организованная деятельность | Развивающая среда | Работа с родителями |
| IХ | Диагностическое обследование |  |  |
| Х | Тема: «Похож – не похож».  Цель: уточнить представления детей о том, какие люди разные: большие, маленькие, высокие, низкие; светлые, темные – все мы отличаемся друг от друга. Однако тело у нас одинаковое. Уточнить какие части тела у человека и для чего они нужны. | 1.Д/И «Собери человечка».  2. Творческая работа: для чего нужны человеку руки, ноги, голова, рот, зубы, нос и др. части тела. | Творческая работа «Нарисуй человека» |
| ХI | Тема: «Вижу – не вижу».  Цель: дать детям представление, для чего нужны глаза. Отметить важное значение бережного отношения к зрению. | Пособие «Что приятно и что вредно для глаз» | Консультация – «Элементарная гимнастика для глаз» |
| ХII | Тема: «Дзынь – ля – ля»  Цель: дать детям представление, для чего нужны уши. Отметить бережное отношение к органу слуха. | Пособие «Что хорошо для ушей, а что вредно» |  |
| I | Тема: «Носики – курносики».  Цель: дать представление об органе обоняния, как нужно правильно сморкаться. Что нужно делать, если нос заложен? Отметить бережное отношение к данному органу. | Пособие «Что приятно для носа, а что нет». | Консультация – «элементарные самомассажи» для профилактики простудных заболеваний. |
| II | Тема: «Крепкие – крепкие зубы»  Цель: уточнить представление о значении зубов; учить ухаживать за своими зубами; выделить значение зубной щетки и зубной пасты. | Пособие «Что полезно для зубов, а что нет». |  |
| III | Тема: «Колобок я тебя съем».  Цель: уточнить знания детей о том, зачем человеку нужна пища; сформировать у детей правильные навыки еды; воспитывать привычку самообслуживания во время еды; формировать представления о полезной пище. | Д/И о полезности пищи. | Консультация – КГН у детей 4-5 лет. |
| IV | Тема: «Раз – рука, два – нога, без них – никуда».  Цель: сформировать у детей представление о наличии у человека частей тела, об их главном назначении; воспитывать у детей стремление беречь свои части тела от повреждений. Уточнить отличие людей от животных. | Д/И «Что не так».  Замена рук, ног человека на части конечностей птиц и зверей. |  |
| V | Тема: «Сердце стук – стук».  Цель сформировать у детей представление об органе – сердце, его размерах, что надо делать, чтобы сердце хорошо работало. | Д/И «Где ты сердечко».  Объяснить детям, что такое фонендоскоп, научить определять свой пульс. |  |