|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц | | Тематика форм работы | Программное содержание |
| Блок « Я и мой организм» | Сентябрь | 1.Беседа с детьми: «Что я знаю о себе?».  2.Игра – занятие: «Изучаем свой организм».  3.Речевое общение: «Как двигаются части тела».  4.Рассматривание плаката: «Скелет наша опора». | 1.Закрепить представления детей о человеке, как живом существе; об условиях необходимых ему для жизни; об особых потребностях человека; вызвать интерес к познанию самого себя.  2.Продолжать знакомить детей с тем, как устроен наш организм, из каких органов состоит. Ориентировать детей на бережное отношение к своему организму.  3.Дать детям представления о том, для чего человеку мышцы, кости, суставы. Активизировать интерес к познанию самого себя, воспитывать желание больше двигаться.  4.Продолжать знакомить детей с особенностями строения человека, с тем, что у каждого человека есть кости, которые составляют подвижную конструкцию – скелет нашего тела. |
| Октябрь | 1.Игровое занятие: «Рабочие инструменты человека».  2.Беседа на тему: «Органы кровообращения».  3.Игровая ситуация: «Путешествие воздушных человечков».  4.Практические упражнения и экспериментирование: «Правила безопасного дыхания».  5.Дидактическая игра: «Фоторобот». | 1.Дать понятие о важности человеческой руки и ноги, о тесной связи рук и мозга, о том, что с помощью рук можно выразить различные чувства.  2.Познакомить детей с работой органов кровообращения человека, с условиями, обеспечивающие охрану и жизнедеятельность сердца; развивать способность делать умозаключения на основе физиологических опытов ( сердцебиение, пульс); расширять словарный запас.  3.Дать детям представления о легких, о том, что с помощью легких человек дышит, о том, что дыхание – это одна из важнейших функций организма.  4.Закрепить знания о дыхании человека; учить прислушиваться к себе, определять свои ощущения и их причины; развивать наблюдательность.  5.Закреплять умения детей составлять человека из частей тела, лица. |
| Блок « Я и мой организм» | Ноябрь | 1.Игра – занятие: «Об удивительных превращениях пищи внутри нас».  2.Дидактическая игра: «Послушай и запомни».  3.Игровая ситуация: «Смотри во все глаза».  4.Практические упражнения и экспериментирование: «Слушай во все уши».  5.Игровой досуг: «Тело человека». | 1.Познакомить детей с пищеварительным трактом, его основными отделами. Показать важность выполняемой каждым отделом работы. Учить детей понимать свой организм, его потребности, устанавливать взаимосвязь между сердечно – сосудистой и пищеварительной системами.  2.Закрепить знания о пищеварительном тракте; воспитывать желание вести здоровый образ жизни, выполнять правила при приеме пищи.  3.Дать детям представления о том, что глаза, являются одним из основных органов чувств человека; познакомить со строением глаза; воспитывать чувство сострадания к незрячим людям, желание оказывать им помощь; подвести к пониманию, что глаза необходимо беречь.  4.Углубить знания об органах слуха; уточнить, что уши у всех разные; учить при помощи опытов различать силу, высоту, тембр звуков; закрепить знание правил ухода за ушами.  5.Обобщение элементарных валеологических знаний детей о строении, жизнедеятельности, возможности человеческого организма; воспитывать у детей способность к наблюдению умозаключению, сравнению. |
| Блок « Я и моя гигиена» | Декабрь | 1.Игр – занятие: «Советы доктора Воды».  2.Беседа на тему: «Зачем человеку кожа».  3.Игровая ситуация: «Если кожа повреждена».  4.Игра – импровизация: «Наши зубки». | 1.Формировать представления детей о значении воды для жизни человека, о необходимости использования для выполнения культурно – гигиенических процедур чистой воды.  2.Дать детям представления о том, что кожа – это кожный покров тела человека, она постоянно обновляется, а также выполняет много функций. Воспитывать бережное отношение к своей коже, желание быть чистоплотным, подвести к пониманию прямой зависимости от чистоты кожи здоровья человека.  3.Познакомить детей с приемами оказания первой медицинской помощи, при мелких порезах, ушибах, ссадинах.  4.Дать детям представления о том, как устроен зуб, о значении зубов для правильной работы организма; закрепить знания о методах ухода за зубами; воспитывать желание заботиться о своих зубах. |
| Январь | 1.Речевое общение: «Наши руки».  2.Игра – практикум: «Как ухаживать за ногами».  3.Игровой досуг: «Чистота – залог здоровья». | 1.Расширить знания детей о значении рук для человека. Продолжать заботиться о чистоте рук, закреплять правила ухода за руками.  2.Дать детям понятия о значении здоровых ног для человека, о необходимости ухода за ними.  3.Закрепить культурно – гигиенические навыки; развивать потребность в чистоте и правильном уходе за собой; прививать навыки здорового образа жизни; закреплять основные виды движений. |
| Блок « Я и моё здоровье» | Февраль | 1.Беседа на тему: «Сохрани свое здоровье».  2.Дидактическая игра: «Распорядок дня».  3.Игра – занятие: «Здоровая пища для всей семьи».  4.Словесная игра: «Что полезнее?».  5.Практические упражнения: «Осанка, как её сохранить». | 1.Учить детей самостоятельно следить за своим здоровьем; уметь оказывать себе элементарную помощь; развивать разговорную речь, умение употреблять антонимы, понимать смысл пословиц, прививать привычку к здоровому образу жизни.  2.Закрепить знания детей о соблюдении режима дня в укреплении здоровья каждого человека.  3.Продолжать знакомить детей с понятием «витамины»; закрепить знания о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах; воспитывать культуру питания, чувство меры.  4.Закрепить знания детей о полезных и вредных продуктах питания, а также таких которые не приносят вреда, но и не являются полезными, необходимыми для здоровья человека.  5.Углубить знания детей об осанке человека. Учить детей правильно держать спину во время занятий и отдыха. |
| Март | 1.Игра – путешествие: «В мире микробов».  2.Беседа с детьми на тему: «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит».  3.Игра – занятие: «Вредные привычки».  4.Игровой досуг: «На зарядку становись». | 1.Дать детям элементарные представления об инфекционных болезнях и их возбудителях; продолжать учить избегать ситуаций приносящих вред здоровью.  2.Закрепить знания детей о значении закаливания для организма человека, знания методов закаливания; воспитывать желание закаляться.  3.Уточнить знания детей о вредных привычках; развивать умения формулировать оценочные суждения о фактах, ухудшающих здоровье.  4.Уточнить представления о значении зарядки для здоровья человека; развивать интерес, желание заниматься физическими упражнениями; формировать навыки здорового образа жизни. |
| Блок « Я и моя безопасность» | Апрель | 1.Игровые ситуации: «Будем осторожны».  2.Словесная игра: «Опасно – неопасно».  3.Игра – занятие: «Наша безопасность».  4.Игровой досуг: «Я живу в большом городе». | 1.Уточнить с детьми источники опасности в доме, групповой комнате. Рассмотреть ситуации, которые могут привести к беде, помочь самостоятельно сделать выводы о последствиях неосторожного обращения с некоторыми предметами.  2.Развивать охранительное сознание предвидеть возможные последствия своих поступков.  3.Уточнить представления детей об опасностях, которые могут подстерегать на улице; избегать контактов с незнакомыми людьми и животными; воспитывать здоровьесберегающее сознание детей.  4.Формировать представления детей о факторах окружающей среды большого города, оказывающих влияние на здоровье человека (шум, загрязнения окружающей среды, интенсивные транспортные потоки); закрепить правила безопасного поведения на улицах города. |
| Май | 1.Игровая ситуация: «Отдыхаем у воды».  2.Беседа с детьми на тему: «Как природа помогает нам здоровыми быть».  3.Рассматравание картины: «Весенняя прогулка».  4.Презентация детского альбома: «Здоровый образ жизни». | 1.Углубить знания детей о том, что купаться, плавать, загорать полезно для здоровья только в том случае, если соблюдать определенные правила безопасности; воспитывать у детей культуру здоровья.  2.Закрепить знания детей о правилах безопасного поведения в природе; прививать положительное отношение к здоровому образу жизни.  3.Формировать представления детей о причинах простудных заболеваний; закрепить правила безопасного поведения на прогулке.  4.Закреплять и обобщать представления детей о здоровом образе жизни; развивать умения детей использовать знания о здоровом образе жизни для своего оздоровления; вырабатывать собственный вариант здорового образа жизни; воспитывать умения высказывать оценочные суждения о фактах и явлениях ухудшающих или улучшающих здоровье. |