**Перспективное планирование работы с детьми 3-4 лет по образовательной области «Здоровье» на учебный год**

**«Развитие ценностного отношения к здоровью, формирование здоровьесберегающего поведения»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тема, цель, итоговое мероприятие****по теме** | **Вид деятельности** | **Формы организации совместной взросло-детской (партнёрской) деятельности** | **Предполагаемая самостоятельная деятельность детей** | **Материал и оборудование** |
|  **1.Полезная и здоровая пища, витамины.****Цель:** формировать представление о ценности здоровья, о роли витаминов в нашей жизни, о том, что в весеннее время особенно полезна витаминная пища и солнце; уточнить знания об овощах (название, цвет, форма, вкус); углублять знания о необходимости витаминов, которые содержаться в овощах, лекарственных травах; углублять знания и представления о продуктах питания, ихвлиянии на организм человека; развивать навыки здорового питания, воспитывать сочувствие к болеющим товарищам.**Итоговые мероприятия:***Занимательное дело-развлечение* «Нас излечит, исцелит добрый доктор Айболит!»*Игра- занимательное дело* «Пейте, дети, молоко – будете здоровы!» | **Коммуникативная** | **Беседы** о правильном питании, о витаминах, которые содержатся в продуктах питания, овощах и фруктах, **Ситуативные разговоры по теме.****Решение проблемных ситуаций:** «Загадки на грядке»**Рассказ воспитателя** о лекарственных растениях, о полезных свойствах и качествах чая, о полезных свойствах раз­личных каш, об основных правилах питания.**Рассматривание** картинок, иллюстраций, открыток, фотографий, игрушек.**Наблюдения** за сезонными изменениями в природе, как выращивают «витамины» на грядке, | Сюжетные игры: «Магазин полезных продуктов», «Семья», «Магазин овощей и фруктов», «Семья-летние заготовки»Игра-ситуация: «Пора обедать», «Завтрак для всех», «Что у нас на обед?»Дидактические игры: «Овощи на тарелке», «По грибы», «Готовим чай», «Готовим кашу»Театрализованные игры: «Кто из нас овощей…», кукольный театр «Репка»;Лепка: «Ягодки на тарелочке», «Репка на грядке», «Грибы на пенёчке»Рисование:«Яблоко с листочками и червячком», «Ягодка за ягодкой (на кустиках), «Колобок покатился по дорожке»;Конструирование: «Забавные поделки из овощей»;Рассматривание предметных и сюжетных картинок, иллюстраций, открыток, фотографий по теме. | Ролевые атрибуты к сюжетным играм, игрушка - доктор Айболит, мешочек с овощами, мешочек с фруктами, муляжи продуктов, термос с настоем шиповника, баночка с витаминами, свежий зелёный лук, морковь, овощи, куклы, мебель, посуда, игрушки-животные, фотографии, красочные иллюстрации, картины, картинки с изображением овощей, фруктов, грибов, предметы-заместители, строительный материал, фломастеры, цветные карандаши, листы бумаги, клей, кисточки, салфетки, ножницы, цветная бумага, цветной картон, гербарий, кукольный театр. |
| **Познавательно-исследовательская** | **Рассматривание** предметных и сюжетных картинок, иллюстраций, открыток, фотографий по теме, игрушек.**Наблюдения** как растут «витамины» на грядке, «В июне первую ягодку в рот кладут, а вторую – домой несут», «Как пахнет лечебная трава»; за тем, как растет лук.**Коллекционирование:** создание коллекции полезных для здоровья продуктов.**Отгадывание загадок** об овощах, фруктах. |
| **Игровая** | **Сюжетные игры:** «Магазин полезных продуктов», «Семья-летние заготовки», «Магазин овощей и фруктов»**Игра-ситуация:** «Пора обедать», «Завтрак для всех», «Что у нас на обед?»**Дидактические игры:** «Грибок, полезай в кузовок!», «Овощи на тарелке», «По грибы», «Магазин полезных продуктов», «Кушайте на здоровье!», «Готовим чай», «Готовим кашу», «Правила питания», «Режим питания», «Полезный завтрак»**Театрализованные игры:** «Кто из нас овощей…», кукольный театр «Репка» |
| **Трудовая** | **Индивидуальные и групповые поручения по теме.****Задания:** посадка лука |
| **Двигательная** | **Подвижные игры** (по желанию детей и программные)**Пальчиковые игры:** «Купался бобёр», «Во саду-садочке» |
| **Чтение художественной литературы** | **Чтение литературных произведений:**Сказка «Репка», стихотворение З.Александрова «В грибном царстве», разучивание стихотворений по теме |
| **Музыкально-художественная** | Слушание и исполнение песенок по теме |
| **Продуктивная** | **Лепка:** «Ягодки на тарелочке», «Репка на грядке», «Грибы на пенёчке», «Картошка в мешке», «Яблоко», «Миска с вишенками», «Печенье»**Рисование:** «Яблоко с листочками и червячком», «Ягодка за ягодкой (на кустиках), «Колобок покатился по дорожке», «Ягодки рябины»**Аппликация:** «Заготовки витаминов (овощей и фруктов) на зиму, «Яблоко с листочками», «Выросла репка большая-пребольшая» (обрывная коллективная работа), «Грибная полянка», «Колобок на окошке», «Овощи в ящике», «Фруктовое чудо-дерево», «Грибочки» (из природного материала), «Дары осени».**Конструирование:** «Забавные поделки из овощей» |
| **Работа с родителями** | **Консультации для родителей (**по пропаганде полноценного сбалансированного питания)**:** «Прогулка за грибами», «Прогулка за ягодами», «Питание ребенка-дошкольника», «Азбука витаминов»**Анкетирование родителей** (с целью выявления знаний и умений в области организации питания) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тема, цель, итоговое мероприятие****по теме** | **Вид деятельности** | **Формы организации совместной взросло-детской (партнёрской) деятельности** | **Предполагаемая самостоятельная деятельность детей** | **Материал и оборудование** |
| **2. Не болей!****Цель:** формировать представление о здоровье, болезнях, микробах; приобретение знаний о своем организме, о способах сохранения здоровья; воспитывать сочувствие к болеющим товарищам, акцентировать внимание детей на своих умениях и физических возможностях своего организма, помочь детям запомнить предметы, опасные для жизни и здоровья, формировать представление о профессии врача, сообщить детям элементарные сведения о лекарствах; дать представление о том, что лекарства принимаются только в присутствии взрослого; знакомство с правилами поведения с животными; повышение уровня педагогических и медицинских знаний родителей**Итоговые мероприятия:***Развлечение* «Путешествие в страну Неболейку»*Занимательное дело* «Береги здоровье смолоду»*Занимательное дело* «Путешествие в мир ЗДОРОВЬЯ» | **Коммуникативная** | **Беседы** о здоровом образе жизни; о том, что делают родители, когда ребёнок заболел; о правилах безопасного поведения дома, на улице, в транспорте, на воде; «Как чувствует себя человек, когда болеет», «Что лучше – болеть или быть здоровым», «Признаки больного и здорового человека», «Кошки и собаки – наши друзья»**Ситуативные разговоры по теме.****Решение проблемных ситуаций:** «Что нужно делать, когда заболел», «Что делать, чтобы не заболеть?»**Рассказ воспитателя** о лекарственных травах, откуда берутся болезни, как вести себя во время болезни, осторожно – лекарство, предосторожности при общении с животными**Рассматривание** картинок, иллюстраций, открыток, фотографий, игрушек.**Наблюдения** за сезонными изменениями в природе, как одеты люди | Сюжетные игры: «Больница», «Семья», «Поликлиника», «Аптека»Игра-ситуация: «Мама и дочка»Дидактические игры: «Что делает?», «Умею – не умею», «Найди опасные предметы», «Отгадай загадку по картинке» Театрализованные игры:«Ветер-ветерок», «Мокрые дорожки», «Морозные деньки», «Солнышко, появись»;Рассматривание предметных и сюжетных картинок, иллюстраций, открыток, фотографий по теме.Пальчиковые игры;Наблюдения за сезонными изменениями в природе, как одеты люди;Рисование:«Град, град», «Дождь, дождь» |  Ролевые атрибуты к сюжетным играм, куклы, мебель, посуда, игрушки-животные, фотографии, красочные иллюстрации, дидактические карточки, бумага и конверт для письма, халат и шапочка врача, медицинские инструменты, предметы-заместители, строительный материал, ширма, фломастеры, цветные карандаши, листы бумаги, клей, кисточки, салфетки, нож, ножницы, иголка, утюг, картинки с изображением опасных предметов, аудиозаписи классической музыки, дорожки для проведения закаливающих процедур ( с пуговицами, с верёвкой, с карандашами, с крышками, меховые змейки и т.д) |
| **Познавательно-исследовательская** | **Экскурсия** в кабинет медиков в ДОУ**Рассказ воспитателя** о лекарственных травах**Рассматривание** предметных и сюжетных картинок, иллюстраций, открыток, фотографий по теме.**Наблюдения** за сезонными изменениями в природе**Коллекционирование****Конструирование:** больница, аптека**.** |
| **Игровая** | **Сюжетные игры:** «Больница», «Семья», «Поликлиника», «Аптека»**Игра-ситуация:** «Мама и дочка», «В травматологическом пункте», «Вызов на дом врача», «Процедурный кабинет», «У зубного врача».**Дидактические игры:**  «Что делает?», «Чем пользуется?», « Умею – не умею», «Найди опасные предметы», «Отгадай загадку по картинке», «Можно-нельзя», «Если…» **Театрализованные игры:** «Ветер-ветерок», «Мокрые дорожки», «Морозные деньки», «Солнышко, появись» |
| **Трудовая** | **Индивидуальные и групповые поручения по теме.** |
| **Двигательная** | **Подвижные игры** (по желанию детей и программные) «Физкультурники»**Развлечение** «Хоровод подвижных игр на воздухе»**Пальчиковые игры:** «Град, град», «Дождик чаще! Дождик, пуще!»**Закаливание:** утренняя гимнастика,гимнастикаи воздушное закаливание после сна, сон без маечек, воздушно-контрастное закаливание без маечек, посещение бассейна, сауны, мытьё рук и лица водой комнатной температуры, питьё трав и оздоровительных напитков, йодо-солевая дорожка с растиранием стоп, полоскание рта водой комнатной температуры, растирание мочек ушей, самомассаж, психологическая гимнастика на расслабление под музыку, в летнее время утренний приём и гимнастика на свежем воздухе, босохождение, контрастное обливание со шланга ног водой на участке, солнечные ванны. |
| **Чтение художественной литературы** | **Чтение литературных произведений:**К.Чуковский «Айболит», чтение стихотворений «Детский врач», «Стоматолог», «Медицинская сестра», «Кошкин дом», А.Дмитриев «Бездомная кошка», Г.Новицкая «Дворняжка» |
| **Музыкально-художественная** | Слушание и исполнение песенок по теме |
| **Продуктивная** | **Рисование:** «Град, град», «Дождь, дождь»**Аппликация:** «Заготовки витаминов (овощей и фруктов) на зиму. |
| **Работа с родителями** | **Консультации для родителей** (освещение передового опыта оздоровительной работы в информационных уголках для родителей по пропаганде закаливания и т. д.): «Как помочь ребенку в период адаптации?», «Роль семьи и детского сада в формировании здоровья детей», «Здоровый быт детей в семье», «Здоровье - прежде всего», «Формирование правильной осанки», «Профилактика детской близорукости»«Помогите ребенку укрепить здоровье», «Ваш ребенок часто болеет ОРВИ... Как быть?», «Как идти с ребенком на прием к врачу», «Создание благоприятной семейной атмосферы», «Профилактика плоскостопия», «Закаливание ребенка»«Больше внимания осанке»«Релаксационная гимнастика после сна», «Дыхание – основа здоровья»«Вечерние игры», «Что делать до прихода врача, или первая помощь»**Анкетирование родителей** (с целью выявления знаний и умений в области двигательной активности детей в семье): «Путь к здоровью, силе, бодрости», «Заботитесь о здоровье детей?»,**Ознакомление родителей** с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития; с содержанием оздоровительной работы в ДОУ;**Обучение родителей** конкретным приемам и методам оздоровления (дыхательная гимнастика, разнообразные виды закаливания и др.;  |

|  |
| --- |
|  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тема, цель, итоговое мероприятие****по теме** | **Вид деятельности** | **Формы организации совместной взросло-детской (партнёрской) деятельности** | **Предполагаемая самостоятельная деятельность детей** | **Материал и оборудование** |
| **3. Здоровый образ жизни (культурно-гигиенические навыки)****Цель:** формировать представление о ценности здоровья, о предметах личной гигиены, желание вести здоровый образ жизни, быть здоровым, внимательно относиться к себе; воспитывать сочувствие к товарищам, тренировать органы слуха, воспитывать привычку следить за своим внешним видом, за своей кожей; учить держать осанку; закрепить умение чистить зубы**Итоговые мероприятия:***Летнее развлечение* «В гостях у капельки»*Занимательное дело* «Мы аккуратные и бережливые» | **Коммуникативная** | **Беседы** о здоровом образе жизни, «Дружи с водой», «Забота о глазах», «Уход за зубами», «Уход за ушами», «Случайные повреждения и несчастные случаи»**Ситуативные разговоры по теме.****Рассказ воспитателя** «Чтобы глаза видели», «Чтобы уши слышали», «Держи осанку», «Здоровая кожа», «Зубы и уход за ними»**Рассматривание** предметных и сюжетных картинок, иллюстраций, открыток, фотографий по теме, игрушек.**Наблюдения** за сезонными изменениями в природе, как одеты люди | Наблюдения за сезонными изменениями в природе, как одеты люди; Рассматривание предметных и сюжетных картинок, иллюстраций, открыток, фотографий по теме.Экспериментирование с водой, мылом, зубной щёткой и пастой, бумажными салфетками;Сюжетные игры: «Магазин», «Семья», «Детский сад», «Большая стирка», «Банный день»;Игра-ситуация «Мама и дочка», «В детском саду»;Игра-имитация движений: умывание, чистка зубов, мытье рук и т.п.;Дидактические игры: «Загадочные пакетики», «Водичка, умой моё личико!», «Проводим уборку», «Угадай, кто позвал?», «Найди пару», «Найди предметы гигиены», «Умывалочка», «Почистим зубки», «Фонтанчики», «Кукла заболела», «Вымой кукле руки»«Мыльные перчатки. Пузырики», «Носики-курносики», «Кукла Маша обедает»; Театрализованные игры: «Ветер-ветерок», «Мокрые дорожки», «Морозные деньки», «Солнышко, появись»;Пальчиковые игры;Игры с водой «Ловись, рыбка, большая и маленькая»;Рисование: «Постираем платочки и полотенца», «Солнышко, солнышко, раскидай колечки!» |  Ролевые атрибуты к сюжетным играм, ванночки для купания, тазики, игровые банные принадлежности, одежда для кукол, куклы, мебель, посуда, игрушки-животные, фотографии, красочные иллюстрации, халат и шапочка врача, медицинские инструменты, предметы-заместители, строительный материал, ширма, вешалки, зеркало, силуэты различных игрушек, фломастеры, цветные карандаши, листы бумаги, клей, кисточки, салфетки, надувной бассейн с водой, леечка, резиновые игрушки, фонограммы детских песенок, вода, мыло, трубочки для коктейля, игрушечные рыбки, удочка, различные ёмкости, разнообразные предметы и игрушки для игр с водой, пуговицы, кубики, яблоко, карандаши, мелкие предметы, совки для мусора, маленькие мячи, корзины для мусора, картинки, помеченные красным ободком с неправильными действиями детей, шапочки – маски с изображением мыла, зубной щётки, шампуня, мочалки, полотенца, зеркала, расчёски, вода,мыло, зубные щётки, зубная паста, бумажные салфетки, носовые платки, аудиозаписи классической музыки, дорожки для проведения закаливающих процедур ( с пуговицами, с верёвкой, с карандашами, с крышками, меховые змейки и т.д) |
| **Познавательно-исследовательская** | **Экскурсия** в туалетную комнату**Рассматривание** картинок, иллюстраций, открыток, фотографий.**Наблюдения** за сезонными изменениями в природе, что слышат наши уши**Экспериментирование** с водой,мылом, зубной щёткой и пастой, бумажными салфетками: «Волшебные льдинки» (с водой и льдом), «Весёлые мыльные пузырьки», «Плыви кораблик», «Весёлый рыболов», «Зверушки-путешественники»**Коллекционирование:** «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта»**Конструирование:** **Отгадывание загадок** о видах спорта |
| **Игровая** | **Сюжетные игры:** «Магазин», «Семья», «Детский сад», «Большая стирка», «Банный день»**Игра-ситуация** «Мама и дочка», «В детском саду», «Процедурный кабинет», «У зубного врача».**Игра-имитация движений:** умывание, чистка зубов, мытье рук и т.п.**Дидактические игры:** «Разговор с телом», «Волшебные тазики», «Загадочные пакетики», «Водичка, умой моё личико!», «Проводим уборку», « Угадай, кто позвал?», «Найди пару», « Правила гигиены», «Найди предметы гигиены», «Ровным кругом», «Пылесос», «Умывалочка», «Почистим зубки», «Фонтанчики», «Кукла заболела», «Вымой кукле руки»«Мыльные перчатки. Пузырики», «Носики-курносики», «Кукла Маша обедает», «Весёлый и грустный зубик»**Театрализованные игры:** «Ветер-ветерок», «Мокрые дорожки», «Морозные деньки», «Солнышко, появись» |
| **Трудовая** | **Индивидуальные и групповые поручения по теме.** |
| **Двигательная** | **Подвижные игры** (по желанию детей и программные) «Физкультурники»**Пальчиковые игры:** «Ходит гусь босой», «Митя, Митенька, проснись!», «Водичка-водичка», «Солнышко-вёдрышко», «А уж ясно солнышко», «Замарашка»**Игры с водой** «Ловись, рыбка, большая и маленькая»**Закаливание после сна:**  «Мойдодыр» **Закаливание:** утренняя гимнастика,гимнастикаи воздушное закаливание после сна, сон без маечек, воздушно-контрастное закаливание без маечек, посещение бассейна, сауны, мытьё рук и лица водой комнатной температуры, питьё трав и оздоровительных напитков, йодо-солевая дорожка с растиранием стоп, полоскание рта водой комнатной температуры, растирание мочек ушей, самомассаж, психологическая гимнастика на расслабление под музыку, в летнее время утренний приём и гимнастика на свежем воздухе, босохождение, контрастное обливание со шланга ног водой на участке, солнечные ванны. |
| **Чтение художественной литературы** | **Чтение литературных произведений:**К.Чуковский«Мойдодыр», «Федорино горе», А.Барто и П.Барто «Девочка чумазая», потешки и стихи для умывания |
| **Музыкально-художественная** | Слушание и исполнение песенок по теме |
| **Продуктивная** | **Лепка:** «Баю-бай, засыпай», «Мы спортсмены», «Зимние забавы», «Загораем»**Рисование:** «Постираем платочки и полотенца», «Солнышко, солнышко, раскидай колечки!»**Аппликация:** «Мойдодыр» (с элементами рисования), «Ходит в небе солнышко» |
| **Работа с родителями** | **Консультации для родителей** (по пропаганде здорового образа жизни, необходимости выполнения общегигиенических требований, рационального режима дня): «Как правильно использовать летний отдых», «Чем лучше утолять жажду в жару?», «Как закаливать ребёнка на даче», «Прогулка в парк», «Утренняя гимнастика с малых лет», «Режим дня в жизни ребенка», «Организация физического воспитания детей в семье», «Веселая физкультура в квартире», **Анкетирование родителей** (с целью выявления знаний и умений в области здорового образа жизни, двигательной активности детей, выполнения режимных моментов в семье): «Соблюдаете режим?»**Праздник здоровья** «Спортивная семья» |