Перспективно-тематическое планирование реализации содержания ОО «Физическое развитие» (формирование здорового образа жизни) в подготовительной к школе группе

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тема недели** | **Элемент ЗОЖ** | **Образовательная деятельность** | **Самостоятельная деятельность** | **Взаимодействие с родителями** |
| 2-я неделя сентября «Детский сад. Школа» | Режим дня  «Что такое режим» | - составить алгоритм «Режим дня».  - прослушивание музыки в режимных моментах.  - чтение художественной литературы: Р. Гейдар «Опять опоздал?», Г. Граубин «Режим», «Физзарядка». | Дидактическая игра «Когда ты это делаешь?»  Сюжетно-ролевые игры «детский сад», «Школа», «Семья».  Составление алгоритма «Режим дня» | «День открытых дверей» с посещением режимных моментов.  Оформление буклета «Что нельзя делать перед сном» |
| 4-я неделя сентября «Осень. Овощи. Огород» | Рациональное питание «Витамины» | Темы:  -Что можно приготовить из овощей?  -Как сохранить витамины в овощах?  -Рабочая тетрадь «Овощи»  Экспериментирование:  - угадай овощ на ощупь.  -изготовление салатов из овощей | Книжки-раскраски «Овощи».  Дид. Игра «Опиши овощи».  Игра-драматизация «Овощи» | Приготовление витаминного салата. |
| 1-я неделя октября «Осень. Фрукты. Сад» | Рациональное питание  «Как заготовить витамины впрок» | Дидактические игры:  «Отгадай загадку и нарисуй отгадку».  «Что лишнее».  Экспериментирование:  «Угадай на вкус»  Рабочая тетрадь «Вкусное яблочко» | Трафареты для рисования (фрукты)  Дид. игра «Что где растет?»  Оформление стенда для малышей «Польза овощей и фруктов» | Как сделать витаминный сок.  Создание коллекции «Сохранили витаминки» |
| 2-я неделя октября «Осенняя одежда, обувь, головные уборы» | Закаливание «Одевайся по погоде» | Познавательно-исследовательская деятельность:  -алгоритм «Одевайся правильно»  -набор предметных картинок «Одежда», «Времена года»  - заучивание пословиц:  Холода не бойся, по пояс мойся.  Держи голову в холоде, живот – в голоде, а ноги – в тепле. | Книжки-раскраски «Одежда и обувь».  Трафареты для рисования (Одежда)  Дид. игра «Одень куклу». | -участие в оформление газеты «Одежда и обувь по сезону»  - создание буклета: «Закаливание – первый шаг на пути к здоровью» |
| 1-я неделя декабря «Зима» | Медицинская активность«Если я заболел» | - ситуация общения:  «Как вести себя во время болезни»  -чтение художественной литературы С. Волков «Азбука здоровья» | Сюжетно-ролевая игра «Больница», «Поликлиника», «Семья».  Валеологические игры.  Чтение худ. Литературы «Тридцать шесть и пять», «Грипп» С. Михалков | Составление правил «Что делать если в доме больной».  Практические советы мед.сестры «Что делать если в доме больной?»  -оформление газеты «Береги здоровье с молоду» |
| 3-я неделя декабря «Зимние забавы» | Двигательная активность «Зимние виды спорта» | Наблюдение за игрой взрослых в спортивные игры (хоккей, керлинг…)  Подготовительные упражнения для овладения спортивными играми.  Чтение художественной литературы:  С. Афонькин «Как стать сильным?»  В. Гришина «Когда я кидаю, пятерых выбиваю» | Двигательная деятельность:  - подготовительные упражнения для овладения спортивными играми.  Сюжетно-ролевая игра «Стадион» | - посещение хоккейных матчей,  - экскурсия на стадион  -оформление фотовитрины «Сильные, смелые, ловкие» |
| 4-я неделя декабря «Новый год» | Психо-эмоциональная регуляция «Состояние сильной радости, возбуждения» | Ситуация общения: «Бывают чувства разные»  - упражнение «На что похоже настроение?»  - игра «Зеркало чувств»  - моделирование ситуации «Сделай что-то, что обрадует друга»  - чтение художественной литературы: С. Афонькин «Как стать счастливым». | Книжки-раскраски «Эмоции».  Пиктограммы «Эмоции».  Подвижные игры «Море волнуется…», «Иголка и нитка».  Дид. игра «Зоопарк настроений»  Рисование «Дерево радости», «Мое настроение». | - памятка для родителей: «Игры для гиперподвижных и малоподвижных детей».  - беседа «Организация досуга в новогодние праздники». |
| 1-я неделя февраля «Посуда» | Культурно-гигиенические мероприятия «Гигиена питания» | - ситуация общения: «Как правильно вести себя за столом», «Как правильно пользоваться столовыми приборами».  - дидактические игры: «Чего не хватает?»,  «Этикет», «Наведу чистоту».  - рассматривание сюжетной картины «Дети обедают» | - настольно-печатные игры: «Найди лишний предмет», «Перемешанные картинки».  - сюжетно-ролевые игры: «Семья», «Детский сад».  - книжки – раскраски. | - Просмотр мультфильмов, чтение литературы  - Фотовыставка «Украсим стол» |
| 2-я неделя марта «Я в мире. Человек» | Культурно-гигиенические мероприятия «Гигиена тела» | Ситуации общения: «Значение гигиенических процедур», «Правила гигиены», «Чтобы кожа была здорова».  - составление рассказа по поговорке: Чистота – залог здоровья.  -чтение художественной литературы К. Чуковский «Мойдодыр», В. Маяковский «Что такое хорошо, что такое плохо» | - изготовление плаката «Не забывайте мыть руки».  - познавательно-исследовательская деятельность: «Лаборатория грязных рук» | Буклет «Как помочь дошкольнику найти свое место в мире людей». |