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». |