Критерий 3.2 приложение № 74

 Перспективный план кружка «Познай себя» Старшая группа

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **месяц** | **Темы занятий** | **задачи** | Виды деятельности |
| октябрь |  1. Вот я какой!
2. Мой организм.
3. Моя броня.
4. Чистота – залог здоровья!
 | Продолжать знакомить детей с внешним строением человека, возможностями тела человека. Вызвать интерес детей к дальнейшему познанию детей.«Мой организм» Формировать знания детей о внешнем строением тела человека, с возможностями его организма: я умею бегать, прыгать, петь, смотреть, помогать другим людям» воспитывать чувство гордости, что « Я - человек»; вызвать интерес к дальнейшему познанию себя.«Моя броня» Дать детям представление о том, что кожа- естественный покров тела человека и выполняет очень много важных функций ( основные – это защита от грязи, жары и холода), воспитывать бережное отношение к своей коже, соблюдать чистоплотность.Формировать у детей знания о важности соблюдения правил личной гигиены за телом, волосами. А так же подвести к пониманию прямой зависимости здоровья от чистоты. Активизировать знания детей о ЗОЖ. Воспитывать положительное отношение к чистоте. |  Занятие: «Мой организм»Беседы: «Как движутся части тела», « Красивая осанка» Вопросы к детям, наблюдение, обследование своего тела. чтение художественной литературы: стихотворения М. Ефремовой « Тело человека», А. Барто «Я расту».показ таблицы « Тело человека», практические упражнения: «Дровосек», «Качели».Занятие «Моя броня».Беседы: «Кожа, или живая одежда», «Чистота – залог здоровья», «Микробы и вирусы», «Что мы чувствуем кожей».Вопросы к детям, загадывание загадок. Игровые упражнения « Определи на ощупь», « Найди пару». Чтение художественной литературы : Загадывание загадок, чтение стихотворения Р. Корман « Микробы и мыло», К.Чуковского « Мойдодыр»., А. Барто «Девочка чумазая».Показ предметных картинок.д/и и упражнения «туалетные принадлежности», «Что для чего?», «Весёлые помощники». |
| ноябрь | 1. Что мы делаем, когда едим.
2. Полезная и вредная еда.
3. В гостях у Витаминки.
4. Овощи и фрукты – полезные продукты.
 | 3. «Что мы делаем, когда едим».Формировать знания детей о пищеварительном тракте, о том, куда попадает пища и что с ней происходит, когда мы её съели. Учить детей понимать свой организм, его потребности. Довести до сознания детей, что от качества принимаемой пищи зависят здоровье и жизнь человека. |   Занятия: «Что мы делаем, когда едим».Беседы: «Полезная и вредная пища», « Витамины и полезные продукты». Чтение художественной литературы: Загадывание загадок про овощи и фрукты, С. Маршака « Барабек», С. Шукшиной «Куда попала пища», « Робин-Бобин» С. Маршака; вопросы к детям.Показ таблицы «Тело человека» (внутренние органы). Загадывание загадок.Рисование, аппликация «овощи и фрукты». Совместная работа с детьми «приготовление овощного салата».п/и «съедобно – не съедобно». д/и «угадай на вкус», «угадай по запаху». |
| декабрь | 1. режим дня.
2. зимушка – зима – спортивная пора!
3. путешествие в страну «Неболейка».

4. врачи наши помощники. | Режим дня».Формировать знания детей о  « Режиме дня»; подвести детей к пониманию, что здоровье зависит от соблюдения режима дня в детском саду и дома. Формировать у детей знания о значении спорта и физкультуры для здоровья человека. Поддерживать желание детей заниматься зимними видами спорта.Подвести детей к пониманию того, что занятия спортом и физкультурой защищают от многих болезней и укрепляют здоровье человека. Поддерживать в детях желание вести ЗОЖ.Поддерживать в детях желание вести ЗОЖ. Закрепить, углубить полученные знания о ЗОЖ, учить пользоваться ими в повседневной жизни. Поддерживать интерес к занятиям физкультурой и спортом.Продолжать знакомить детей с профессией врача, мед.сестры. воспитывать уважение к людям этой профессии. Познакомить с профессией Окулист. Развивать интерес к разным профессиям. |  Беседы: « Что такое режим дня?», « Как правильно соблюдать режим дня?».Чтение художественной литературе: А.Дорохова «Про тебя самого», С.Маршака « Рано в кровать», загадки.Показ ситуативных картинок по теме, вопросы к детям.Коллективное рисование «зимняя прогулка».д/и «бегущие спортсмены», «что мы делаем не скажем, а что делаем покажем». п/и «карась и щука», «гуси – лебеди».Беседа «Мы весёлые спортсмены». Чтение Т.А. Шорыгиной « я лечу на самокате», «на лыжах».Чтение С.Михалкова «прививка», «чудесные таблетки». Экскурсия в мед. Кабинет. Показ сюжетных картинок по теме. Сюжетно – ролевая игра «поликлиника». Наблюдение на прогулке за спец.транспортом – « скорой помощью». |
| январь | 1. я пешеход и пассажир.

2. один дома. | Продолжать учить детей беречь свою жизнь и здоровье, избегая опасных ситуаций на улице.Воспитывать чувство сострадания, сочувствия к людям – инвалидам, вызвать желание помочь им.Познакомить детей с правилами профилактики переломов, а также с правилами безопасного поведения в различных ситуациях дома. | Показ сюжетных картинок «Внимание опасность!».Беседы «Как избежать неприятностей на улице и дома».Лото «Дорожные знаки». Чтение «Дядя Стёпа», «светофорик». Загадывание загадок. Чтение пословиц по теме.Совместное рисование «Я на улице», «опасные предметы». Наблюдении за разными видами транспорта на прогулке. Наблюдение за ветофором. |
| февраль | 1. как мы дышим.

2.пргулка для здоровья.3. внимание, опасность!4.безопсность при общении с животными. |  «Как мы дышим». Формировать знания детей о том, что дыхание - одна из важнейших функций организма. Знания детей о том, что здоровье зависит от выбора места отдыха. Показать значение дыхания для жизни человека. Воспитывать потребность в ЗОЖ. Закрепить знания детей о значении воздуха для жизни человека; о « чистом» и « грязном» воздухе; представление о том, что наше здоровье зависти как от нас самих, так и от чистоты окружающей среды.. Формирование представлений о значении для здоровья прогулок в экологически чистом месте.Продолжать знакомить детей, чем опасны контакты с больными животными. Объяснить им, как определить больных животных по внешнему виду. Формировать представления детей о возможных опасных ситуациях при контакте с незнакомыми животными на прогулке. Продолжать формировать представления детей о правильном поведении в этих ситуациях. | Беседы: «Для чего мы дышим», « Зачем нам нужен воздух»« Выбор места для прогулки». Экспериментирование со снегом. Рисование «моё любимое место отдыха».Чтение художественной литературы: Э. Машковской «Мой замечательный нос». В. Бианки «Чей нос лучше?», Н. Кнушевицкой «Лёгкие», С. Маршака «Карусель». Практические упражнения: «надуй шарик», «Вдохни – выдохни».Показ таблицы «Тело человека» (внутренние органы).Чтение «щенок и кошка», «встреча на прогулке», «главные правила воспитанных детей». д/и «Лото осторожностей».Наблюдение за кошкой, собакой. |
| март | 1.будем спортом заниматься!2.солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!3. я здоровье сберегу – сам себе я помогу!4. на игровой площадке. |  «Будем спортом заниматься!». Формировать знания детей о Вызвать у детей радостное, бодрое настроение; воспитывать чувство товарищества; поддерживать в детях спортивный дух, желание заниматься физкультурой, вести ЗОЖ.Формировать у детей представление о необходимости заботится о собственном здоровье, о составляющих ЗОЖ, об организации досуга в большом городе. | Беседы: « Как спорт помогает нашему здоровью», « Мой любимый вид спорта». Чтение художественной литературы: «С.Маршака «Сказка про двух лодырей», «Чем болен мальчик?, загадки про виды спорта, Показ сюжетных и предметных картинок по теме.Рисование спортинвентаря (мяч. Скакалка, обруч и т.д).Беседы: «В здоровом теле, здоровый дух» «Закаляйся, если хочешь быть здоров».  Чтение художественной литературы: Г. Виеру «С добрым утром!», А. Мили «Воспаление хитрости». Загадывание загадок. |
| апрель | 1. кто тебя окружает.

2.помоги Незнайке сберечь здоровье.3. в гостях у Мойдодыра.4. быть здоровыми хотим! |  Формировать у детей представление о сходстве и различиях людей по возрасту, цвету волос, глаз и т.д. расширять и закреплять представление о родственниках. Подвести детей к пониманию о важности соблюдения КГН за телом, волосами, а так же к пониманию прямой зависимости чистоты и здоровья.«Быть здоровыми хотим!»Выяснить, понимают ли дети важность здоровья, ЗОЖ, чувства человеколюбия для счастливого будущего, то есть, включают ли они в своё будущее: желание быть здоровым, заниматься спортом, закаливаться, желание помогать больным людям, быть весёлым и стремление никогда не унывать.Закрепить и углубить полученные знания детей о ЗОЖ, умение пользоваться ими в повседневной жизни. |  Занятие: «Быть здоровыми хотим!».Беседы: « Что делать, чтобы быть здоровыми?», « Каким я хочу быть».Чтение художественной литературы: «Федорино горе», А. Барто « Сто одёжек». Рисование предметов личной гигиены.Загадки и поговорки о здоровье. Разгадывание кроссворда о здоровье. Показ сюжетных картинок по теме.Развлечение «быть здоровыми хотим!». |