Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно – эстетическому развитию детей № 2 «Ладушки»

Программа

кружка по валеологии

«ЗДОРОВЕЙКА»

(для детей 4-7 лет)

Никифорова Татьяна Михайловна,

Воспитатель высшей квалификационной

категории.

Содержание программы:

1. Актуальность темы 3-5 стр.
2. Пояснительная записка 6-8 стр.
3. Учебный план 9-11 стр.
4. Уровень подготовки детей 12 стр.
5. Литература 13 стр.
6. Приложение 14-19 стр

Актуальность темы:

Статистика свидетельствует: физиологически зрелыми сегодня рождается не более 10% детей, т.е. большинство сразу после рождения не готовы к физиологически полноценной жизни. Более того до 25-35% детей, приходящих в 1 класс, имеют физические недостатки или хронические заболевания. Приведенные цифры заставляют задуматься о причинах этого. Одной из главных причин является культурный кризис общества, низкий уровень культуры отдельного человека, семьи, воспитательного пространства в целом.

В связи с этим возникает уверенность, что воспитание валеологической культуры актуально уже в дошкольном возрасте. Что же такое валеологическая культура? Под валеологической культурой ребенка мы понимаем совокупность нескольких компонентов: осознанного отношения к здоровью и жизни, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, а так же самостоятельно и эффективно решать задачи, связанные со здоровым образом жизни, безопасным поведением, оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. В связи с этим можно выдвинуть конкретные задачи воспитания валеологической культуры дошкольников:

* Формирование осознанного отношения к здоровью как ведущей ценности и мотивации и мотивации к здоровому образу жизни;
* Накопление знаний о здоровье, обретение умений и навыков, поддерживающих, укрепляющих и сохраняющих здоровье;
* Становление валеологической компетентности ребенка как готовности самостоятельно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения в непредвиденных ситуациях;
* Оказание элементарной медицинской, психологической помощи и самопомощи.

И.И.Мечников считал, что самое главное – научить человека правильному, безошибочному выбору в любой ситуации только полезного, содействующего здоровью и отказу от всего вредного.

Необходимость воспитания валеологической культуры подчеркивают и исследования, подтверждающие, что здоровье человека лишь на 8-10% зависит от успехов здравоохранения и более чем на 50-60% от его образа жизни.

Так же очевидно, что становление валеологической культуры человека обусловлено прежде всего процессом воспитания, педагогическим воздействием взрослого с ребенком, широким спектром педагогических средств и приемов.

Януш Корчак писал: «Взрослым кажется, что дети не заботятся о своем здоровье: если за ними не смотреть, они повыпадали бы все из окон, поутонули бы, попали бы под машины, повыбивали бы себе глаза, поломали бы ноги и позаболели бы воспалением мозга и воспалением легких – и уже сам не знаю, какими болезнями. Нет. Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясним им, и они будут беречься».

Одним из основных компонентов валеологического образования в ДОУ является комфортность в общении ребенка и педагога, творческое содружество детей и педагогов в нахождении путей решения проблемы, познание через игру, решение проблемно-творческих задач разного уровня сложности, подготовка детей к верному самоопределению в любой жизненной ситуации, опирающемуся на опыт самопознания и культурно-исторический опыт.

Из этого всего можно вывести основной принцип валеологии и валеологического образования. Человек, познай и сотвори себя.

Валеология и педагогика в тесном сотрудничестве накопили некоторый опыт здравотворчества, формирование здорового образа жизни человека, представлений у дошкольников о себе как о представителях человеческого рода, основ безопасности детей дошкольного возраста, необходимых знаний, умений и навыков для организации здорового образа жизни. Этот опыт сотрудничества стал востребован в педагогическом процессе нашего дошкольного учреждения. Для реализации валеологического воспитания стало необходимостью:

* Определение оптимальных педагогических условий, которые позволяли бы эффективно воспитывать валеологически культурных дошкольников;
* Создание валеологически развивающей среды ДОУ:
* Формирование подходов к взаимодействию с семьей;
* Целостный процесс воспитания валеологической культуры дошкольника: задачи валеологического воспитания должны решаться во всех видах детской деятельности;
* Диагностика валеологической культуры дошкольника;
* Повышение педагогической компетентности педагогов в вопросах валеологического воспитания.

Дети, посещающие наш детский сад, отличаются ослабленным здоровьем, проблемами социально – эмоционального плана. Они имеют ослабленный иммунитет, а значит, чаще болеют простудными и инфекционными заболеваниями. Стать здоровыми – естественное желание каждого из них. Как стать крепкими и никогда не болеть, что для этого делать, они еще не знают. Наша задача, как педагогов, объяснить им это. Основы физического и психического здоровья закладываются в детском возрасте, и поэтому очень важно с самого детства формировать у человека валеологическую культуру. Важно научить ребёнка понимать, сколь ценно здоровье для человека и как важно стремиться к здоровому образу жизни.

Новизна программы в том, что организация образовательной деятельности воспитанников строится на основе игровой деятельности, что помогает поддерживать интерес в ходе всей деятельности, а также физическую и умственную работоспособность детей, что, в свою очередь, дает положительный оздоровительный эффект, создает условия для формирования мотивации здоровья. Очень важно не упустить те возможности, которые дает детство для формирования у детей оберегающего и ответственного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих их людей, для приобретения детьми устойчивых навыков здорового образа жизни.

Согласно ФГОС образовательная область "Здоровье" направлена на достижение целей охраны здоровья детей и формирование основы культуры здоровья путем решения следующих задач:

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

2. Воспитание культурно-гигиенических навыков

3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

В связи с этим наш детский сад стал уделять большое внимание физкультурно-оздоровительной работе и валеологическому воспитанию в частности. Для решения этой проблемы мной была разработана программа валеологичекого воспитания детей, которая была реализована через кружковую работу.

Детям необходимо активно изучать свой организм, свои возможности и слабые места, знать принципы восстановления функций и систем организма. Наиболее рационально формировать все эти навыки у детей в игровой форме, включая их в режимные моменты, в ход занятий, использовать в кружковой работе.

Пояснительная записка.

Программа кружка по валеологии «Здоровячок» разработана в соответствии с Законом «Об образовании», Типовым положением о дошкольных образовательных учреждениях и Концепции дошкольного образования.

Программа кружка рассчитана для детей 4-7 лет, основной целью которой является формирование у дошкольников представлений о здоровье, умений и навыков здорового образа жизни и установок на заботу о своем здоровье.

Задачи образовательного процесса можно сформулировать следующим образом:

1. Помочь детям овладеть основами гигиенической и двигательной культуры.
2. Формировать элементарные знания о строении человеческого тела, о значении организма.
3. Обучать детей уходу за своим телом, навыками оказания первой элементарной помощи.
4. Развивать представление о том, что полезно, а что вредно для организма.
5. Формировать привычку ежедневных физических упражнений.
6. Изучать причины возникновения экстремальных ситуаций, умение находить выходы из них, соблюдение мер безопасности.
7. Выработать у детей осознанное отношение к своему здоровью, умение определить свое состояние и ощущение.

Основными средствами обучения детей является игра, наблюдение, беседы, экспериментирование, КВНы, развлечения, практическая деятельность.

Занятия с детьми проходят с октября месяца по апрель, 1 раз в неделю, продолжительность до 30 минут.

Для определения уровня усвоения материала в конце каждого месяца проходит итоговое контрольно-проверочное занятие, итоги которого заносятся в таблицы (см. приложение). Диагностика валеологической культуры ребенка помогает выявить способы и образцы социального поведения, взаимодействия и общения со сверстниками и взрослыми. Выявляет осознанное отношение ребенка к здоровью и жизни человека, решение задач, связанных с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья, оказанием элементарной медицинской, психологической помощи и самопомощи. В работе используются такие методы диагностики как наблюдение, беседа, анкетирование, анализ продуктивной деятельности, вопросы к детям и др.

Показателями эффективности работы по валеологическому воспитанию будет наличие у детей:

* знание правил гигиены и ухода за своим телом;
* знание наиболее опасных факторов риска для здоровья и жизни;
* знание о том, как устроен человек, какие органы нуждаются в особой защите;
* знание о своем физическом развитии, уровне физической подготовленности.

Принципы программы

1. Интеграция в разные виды деятельности

2. Доступность

• учет возрастных особенностей

3. Систематичность и последовательность

• постепенная подача материала от простого к сложному;

• повторение усвоенных правил и норм в течение всего года;

• индивидуальный подход к каждому ребенку и каждой семье на основе учета их интересов и способностей.

4. Наглядность.

• учет особенностей мышления

5. Опора на внутреннюю мотивацию, интересы детей

В результате реализации программы кружка «Здоровейка» по формированию культуры здоровья у детей развиваются такие качества как: любознательность, интерес к здоровью, самостоятельность, познавательная активность.

Интеграция образовательных областей.

Программа кружка «Здоровейка» носит комплексный характер, что отражено в интеграции образовательной области «Здоровье» с такими областями как: «Физическая культура», «Безопасность», «Коммуникация», «Социализация», «Чтение художественной литературы», «Познание», «Художественное творчество»

Программа валеологического воспитания состоит из 7 разделов, каждый из которых делится на 4 темы, рассчитанных на 1 месяц.

I. «Человек – живое существо»

II. «В гостях у Мойдодыра»

III. «Помоги себе сам»

IV. «Золотые правила питания»

V. «Человек и природа»

VI. «Откуда берутся болезни»

VII. «Овощи и фрукты - полезные продукты»

Раздел «Человек – живое существо» ставит перед собой задачи ознакомления детей со строением тела человека, с функциями основных органов и систем, с тем, что необходимо человеку для нормального существования. Человек не может прожить без тепла, света, без пищи и гигиенических навыков, без труда, человеческого общения и занятия спортом.

Второй раздел «В гостях у Мойдодыра» предполагает сформировать у детей элементарные гигиенические умения и навыки. Как правильно ухаживать за зубами и что влияет на здоровье людей, как водой и мылом можно предупредить различные болезни, закаливание организма водой , солнцем и воздухом.

Задача раздела «Помоги себе сам» заключается в следующем: «Формирование элементарных навыков оказания первой медицинской помощи умение вести себя умело в экстремальных ситуациях, обращаться за помощью в службу милиции, скорой помощи, пожарную службу.

Раздел «Золотые правила питания» предполагает дать детям представления о правильном и полезном питании, какие продукты полезны для организма, а какие – нет. Закрепить у детей правила поведения за столом и правила сервировки стола как теоретически, так и практически.

В разделе «Человек и природа» мы знакомим детей с охраной окружающей среды, учим называть и различать лекарственные и ядовитые растения и грибы.

«Откуда берутся болезни» - название одного из разделов программы, из которого дети узнают о возникновении болезней и способов их профилактики, о формировании правильного отношения к своему здоровью.

Последний раздел «Овощи и фрукты – полезные продукты» ставит задачи: « Дать детям представление о витаминах, в каких продуктах они содержатся, и какую пользу приносят организму человека»

**Оборудование к сюжетно-ролевым играм:** «Фито-бар», «Массажный кабинет», «Спортивный комплекс», «Магазин полезных продуктов», «Больница», натуральные пособия (реальные объекты живой и неживой природы,): ростомеры, сантиметровые линейки для измерения головы, грудной клетки, градусники для тела, воды, лупы, пипетки, вата, зеркала овощи, фрукты, солнце, вода, аптечка, строение глаза, зубные щетки,  и др.;

**Наглядные пособия**: подборка энциклопедической литературы, схематические рисунки, схемы, таблицы, плакаты.

**Измерительные приборы**: фонендоскоп, весы, часы и их модели

Учебный план:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. **Человек – живое существо** | | | |
| Содержание раздела | Количество часов | Форма проведения | Срок исполнения |
| 1. Из чего мы состоим? (наличие основных жизненноважных органов и систем) | 1 | Беседа, игра | октябрь |
| 1. Органы чувств | 1 | Беседа, дидактические игры, игровые упражнения | Октябрь |
| 1. Что необходимо для роста и развития человека (пища, вода, воздух, тепло, одежда, жиль, режим, человеческое общение) | 1 | Беседа, рисование | Октябрь |
| 1. В здоровом теле – здоровый дух (формирование привычки к ежедневным физическим упражнениям, играм) | 1 | Подвижные игры, беседы | Октябрь |
| 1. **В гостях у Мойдодыра** | | | |
| 1. Чтобы зубы были здоровыми (правила ухода за зубами) | 1 | Рисование, практикум | Ноябрь |
| 1. Почему болят зубы? (советы доктора Зубболита и бобра Суперзуба) | 1 | Беседа, игры, кроссворд | Ноябрь |
| 1. От простой воды и мыла у микробов тают силы (гигиена тела) | 1 | Игра, практикум | Ноябрь |
| 1. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья (закаливание организма) | 1 | Рассматривание картинок, игры | Ноябрь |
| 1. **Помоги себе сам** | | | |
| 1. Если случится с кем-то беда, помощь сумею я вызвать всегда (службы 01, 02, 03) | 1 | Игры, беседы, рисование | Декабрь |
| 1. Правила поведения на улице | 1 | Практические занятия | Декабрь |
| 1. Если трудно станет вдруг, мне поможет старший друг (учить избегать опасных ситуаций, обращаться за помощью к взрослым) | 1 | Обыгрывание ситуаций, беседы | декабрь |
| 1. Оказание первой доврачебной помощи | 1 | практикум | декабрь |
| 1. **Золотые правила питания** | | | |
| 1. Еда Здоровячков и Хлюпиков (полезные и неполезные продукты) | 1 | Беседы, рисование | Январь |
| 1. Здоровая пища для всей семьи | 1 | Беседы, рисование, чтение худ.лит. | Январь |
| 1. Правила поведения за столом | 1 | Беседы, практика | Январь |
| 1. Сервировка стола (приглашаем к нам на день рождения) | 1 | Ролевая игра, рисование | Январь |
| 1. **Человек и природа** | | | |
| 1. Лекарственные и ядовитые растения - помощники и враги | 1 | Беседа, игры | Февраль |
| 1. Влияние загрязнения окружающей среды на жизнь и здоровье людей (неблагоприятная экология) | 1 | Правила поведения на природе | Февраль |
| 1. Охрана окружающей среды (что влечет за собой нарушение взаимосвязей в природе) | 1 | Беседа, игры | Февраль |
| 1. Умей сказать «нет» (о вредных привычках) | 1 | Беседа, игра | февраль |
| 6**.Откуда берутся болезни?** | | | |
| 1. Болезни и здоровье. Признаки заболевания | 1 | Беседа, игры | Март |
| 1. Боль физическая и душевная | 1 | Психологический тренинг,  упражнения | Март |
| 1. Как вести себя во время болезни | 1 | Чтение худ. лит-ры, беседа, игры. | март |
| 1. Профилактика заболеваний | 1 | Беседа, игры, практикум | март |
| 7.**Овощи и фрукты – полезные продукты** | | | |
| 1. Ценность овощей и фруктов. | 1 | Беседы, рисование, загадки | Апрель |
| 1. Лук – от семи недуг (о пользе лука и чеснока) | 1 | Аромотерапия, д\игры | Апрель |
| 1. Зачем нужны соки и фрукты. Витамины – маленькое чудо природы | 1 | Беседа, игры, загадки | Апрель |
| 4 . «Именины витаминов» | 1 | КВН | Апрель |
| Итого: 28 часов | | | |

**Уровень подготовки детей.**

**К концу года ребенок должен знать и иметь представление:**

- о важности занятий гимнастикой и физкультурой;

- о пользе закаливания;

- о ценности своего здоровья;

- об основных функциях организма;

- об основных витаминах в продуктах питания;

- о некоторых внешних признаках здоровья и болезни, о путях передачи инфекций;

- о первой помощи при травме;

- о необходимости обращаться ко взрослым в трудных ситуациях и несчастных случаях;

- о правилах ухода за зубами;

**Ребенок должен уметь:**

- выбирать полезные продукты, богатые витаминами;

- проводить закаливающие процедуры;

- правильно пользоваться личными вещами;

- вовремя и правильно мыть руки;

- пользоваться телефоном при вызове скорой помощи, милиции, пожарной машины;

- оказывать первую медицинскую помощь.

Литература:

1. Авдеева, Н. и др. Безопасность глазами ребенка: Учебно-методическое пособие по работе с детьми старшего дошкольного возраста. /Авдеева Н., Князева О., Стёркина Р.// Основы безопасности жизни. – 2000. - №4. – С.10-13.
2. Белая, К.Ю. Как обеспечить безопасность дошкольника [текст]: методическое пособие – 2-е изд. – М. : 2000. -108 с.
3. Богина, Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях [текст]: методическое пособие /Т.Л.Богина. – М.: Мозаика-Синтез, 2005. – 112с.-(Библиотека воспитателя)
4. Борисова, Е.Н. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками [текст]: методическое пособие – 2-е изд. переработ. – М. : Глобус; Волгоград: Панорама, 2009. – 144 с. – (Дошкольное образование)
5. Внимание! Опасно! Правила безопасного поведения ребенка [текст]. – М.: Школьная пресса, 2007. – 24с. – (Я – человек).
6. Деркунская, В. Как воспитать ребенка валеологически культурным?: [текст] /В.Деркунская, Н.Поведенок// Дошкольное воспитание. – 2004.-№11.- С.12-15.
7. Змановский, Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми [текст]: методическое пособие – 2-е изд. испр. и доп.. – М.: 2001.- 94 с.
8. Кондратьева. Н.Н. Мы. Программа экологического образования [текст]: программа – 2-е изд. – М.:АРКТИ, 2002. – 172 с.
9. Лоскин, В.А., Голубева, Л.Г. Растем играя: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физической культуры. – М.: Просвещение, 2002. – 110с.
10. Маханева, М.Д. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений [текст, таблицы]: рекомендации - 2-е изд., испр. и доп. – М.: АРКТИ, 2000. – 107с. – (Развитие и воспитание дошкольника).

Приложение 1

Диагностика валеологической культуры ребенка

Раздел: «Человек – живое существо»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И. ребенка  показатели |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.Имеет устойчивые представления о человеке половых различиях и особенностях внешнего вида. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. Знает о строении тела человека, наличие и функционирование основных органов и систем. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3.Знает о необходимых факторах жизни и развитии человека (питание, тепло, свет, режим дня, забота о здоровье) |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4.Имеет представление о поведении, сохранении и укреплении здоровья, о пользе ежедневных физических упражнений. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5. Умеет правильно выражать свои эмоции и чувства, учитывать настроение и эмоциональное состояние окружающих. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6. Может самостоятельно организовать подвижные игры, планировать самостоятельную двигательную активность. |  |  |  |  |  |  |  |  |

Раздел: «В гостях у Мойдодыра»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И. ребенка  показатели |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.Знает и выполняет основные правила ухода за зубами |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. Знает основные причины болезни зубов. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3Умеет обслуживать себя и владеет полезными привычками, элементарными навыками личной гигиены. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4.Знает основные принципы и виды закаливания организма. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5С удовольствием учувствует в закаливающих мероприятиях в детском саду и дома. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6.Умеет одеваться в соответствии с погодой. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7. Умеет выполнять дыхательную гимнастику, массаж и самомассаж. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8.Без напоминания, по мере необходимости моет руки ( перед едой, после прогулки, после посещения туалета…) |  |  |  |  |  |  |  |  |

Раздел: «Помоги себе сам»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И. ребенка  показатели |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1Умеет пользоваться опасными бытовыми приборами под присмотром взрослых (игла, ножницы, нож..) |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. Умеет правильно пользоваться бытовыми электроприборами под присмотром взрослых (телевизор, пылесос, компьютер..) |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3.Знает и называет свой адрес, место работы родителей, как с ними можно связаться в случае необходимости. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4.Умеет элементарно себя обезопасить от контакта с незнакомыми людьми на улице. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5.Умеет оказать элементарную медицинскую помощь себе и другим (промыть глаза, смазать рану..) |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6.Умеет пользоваться телефоном, вызывать службы спасения (01,02,03) |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7. Знает и соблюдает правила дорожного движения. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8.Умеет культурно вести себя в общественных местах соблюдая правила безопасного поведения. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9.Знает и выполняет правила безопасного поведения в п/играх. |  |  |  |  |  |  |  |  |

Раздел: «Человек и природа»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И. ребенка  показатели |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.Знает правила поведения в природе. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2.Умеет называть и различать некоторые ядовитые растения и грибы. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3.Знает некоторые лекарственные растения и их свойства. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4.Проявляет осторожность при общении с животными, может обезопасить себя в случае нападении. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5.Знает о влиянии загрязнения окружающей среды на жизнь и здоровье людей. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6.Имеет представление о Красной книге. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7. Самостоятельно делает замечания нарушителям общественного порядка и природы. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8.Умеет ухаживать за растениями, с удовольствием трудится в природе.. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9.Наблюдатален в природе, любит экспериментировать и ставить опыты. |  |  |  |  |  |  |  |  |

Разделы: «Золотые правила питания»

«Овощи и фрукты - полезные продукты»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И. ребенка  показатели |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.Умеет правильно питаться, соблюдать меру в еде. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2.Умеет отличать полезные и неполезные для организма продукты, разумно их употреблять. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3.Владеет культурой приема пищи, правилами поведения за столом. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4.Умеет правильно сервировать стол, знает и называет столовые приборы. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5.Знает о ценности употребления в пищу овощей и фруктов. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6.Знает о целебных свойствах лука и чеснока. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7. Знает о наличии витаминов в продуктах, какие и как полезны для организма. |  |  |  |  |  |  |  |  |

Раздел: «Откуда берутся болезни?»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И. ребенка  показатели |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.Умеет определять состояние своего здоровья и здоровья окружающих. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2.Умеет назвать и показать, что у него болит, какая часть тела, какой орган. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3.Имеет общие представления о микробах и вирусах, способах передачи некоторых инфекционных заболеваний. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4.Имеет представления о душевно и физической боли. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5.Знает как себя вести во время болезни. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6.Знает и выполняет элементарные правила ухода за больным человеком. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7.Знает, что такое лекарства, какую пользу и вред могут принести человеку. |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8.Имеет общее представления о прививках, для чего они нужны человеку. |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Перспективный план работы в средней группе.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Блок | Тема | Цель занятия |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Сентябрь  2 нед.  №1 | 1. «Скажи, нет вредным привычкам» | 1.1. «Полезные и вредные привычки», Карепова Т.Г. с. 71 | Формировать сознательный отказ от вредных привычек. |
| Сентябрь  4 нед.  №2 | 1. «Скажи, нет вредным привычкам» | 1.2. «Здоровая пища», интернет ресурсы | Рассказать детям о продуктах питания и об их значении для человека, познакомить с понятиями «питательные вещества», «правильное», или «здоровое питание». Развивать любознательность, умение выделять правила здорового питания. Воспитывать у детей отношение к своему здоровью и здоровью окружающих. |
| Октябрь  2 нед.  №3 | 2. «Знай свое тело» | 2.1. «Путешествие в страну Неболейку»,  интернет ресурсы | Учить самостоятельно, следить за своим здоровьем, знать простейшие приемы самооздоровления (массаж, закаливание). Закрепить знания о значении витаминов для здоровья человека. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни. |
| Октябрь  4 нед.  №4 | 2. «Знай свое тело» | 2.2. «Внешнее строение тела человека», Клепинина З.А. с. 10 | Ввести понятие «тело человека», познакомить детей с внешним строением тела человека, учить различать и правильно называть отдельные части тела. |
| Ноябрь  2 нед.  №5 | 2. «Знай свое тело» | 2.3. «Голова и шея: функции и здоровьесбережение», Клепинина З.А. с. 11 | Закрепить умения различать и показывать голову и шею; добиться усвоения и правильного произношения терминов «голова», «шея»; познакомить с их назначением в жизни человека; с правилами охраны их здоровья. |
| Ноябрь  4 нед.  №6 | 2. «Знай свое тело» | 2.4. «Глаза: функции и здоровьесбережение», Клепинина З.А. с. 13 | Познакомить с внешним строением глаза; добиться усвоения и правильного произношения терминов: глаз (глаза), веко (веки), ресницы, бровь (брови); познакомить с их значением в охране глаз; с правилами охраны их здоровья. |
| Декабрь  2 нед.  №7 | 2. «Знай свое тело» | 2.5. «Руки человека», Клепинина З.А. с. 29 | Закрепить умения различать правую и левую руки; добиться усвоения и правильного произношения терминов «руки (рука)», «мыло», «кисть», «ладонь», «пальцы»; познакомить с назначением рук в жизни человека, с правилами личной гигиены, связанными с руками. |
| Декабрь  4 нед.  №8 | 2. «Знай свое тело» | 2.6. «Ноги человека», Клепинина З.А. с. 32 | Закрепить умения различать правую и левую ноги; добиться усвоения и правильного произношения терминов «ноги (нога)», «стопа», «пальцы»; познакомить с назначением ног в жизни человека, с правилами личной гигиены, связанными с ногами. |
| Январь  2 нед.  №9 | 3. «Соблюдай правила гигиены» | 3.1. «Соблюдай правила гигиены», Карепова Т.Г. с. 67 | Формировать сознательное отношение к выполнению основных гигиенических навыков; закрепить практические умения мытья рук. |
| Январь  4 нед.  №10 | 3. «Соблюдай правила гигиены» | 3.2. «Чистка зубов», Карепова Т.Г. с. 69 | Формировать сознательное отношение к выполнению основных гигиенических навыков; закрепить практические умения и навыки чистки зубов. |
| Февраль  2 нед.  №11 | 4. «Соблюдай режим дня» | 4.1. «Соблюдай режим дня», Карепова Т.Г. с. 74 | Сформировать представление о режиме дня; убедить в необходимости соблюдать режим дня для сохранения и укрепления здоровья. |
| Февраль  4 нед.  №12 | 4. «Соблюдай режим дня» | 4.2. «Очень, нужен людям сон», Зимонина В.Н. с. 128 | Развивать у детей интерес к своему здоровью; учить заботиться о себе; закреплять знания о том, что сон необходим человеку, запоминать правила поведения перед сном; развивать умения делать простейшие выводы. |
| Март  2 нед.  №13 | 5. «Следи за датчиком настроения» | 5.1. «Следи за датчиком настроения», Карепова Т.Г. с. 76 | Сформировать представление о настроении и чувствах, их влиянии на состояние здоровья. |
| Март  4 нед.  №14 | 5. «Следи за датчиком настроения» | 5.2. «Что такое улыбка?», Зимонина В.Н. с. 122 | Упражнять детей в умении проявлять и различать радость, удовольствие; учить определять состояние человека по лицу, голосу. |
| Апрель  2 нед.  №15 | 6. «Занимайся физкультурой» | 6.1. «У каждого своя зарядка», Голицына Н.С. с. 85 | Закрепить представления о пользе физических упражнений; формировать привычку к здоровому образу жизни. |
| Апрель  4 нед.  №16 | 6. «Занимайся физкультурой» | 6.2. «Мы дружим с физкультурой», Голицына Н.С. с. 83 | Продолжать формировать представление о необходимости заботиться, о своем здоровье. |
| Май  2 нед.  №17 | 6. «Занимайся физкультурой» | 6.3. «Путешествие в страну Здоровья», Голицына Н.С. с. 52 | Уточнить представление о том, что такое здоровье и как сберечь его; развивать понимание значения гигиенических процедур, правильного питания, закаливания, занятий физкультурой и спортом; обобщить представления о положительных нравственных качествах. |
| Май  4 нед.  №18 | 6. «Занимайся физкультурой» | 6.4. «Лето красное – для здоровья время прекрасное», Шорыгина Т.А. с. 45 | Закрепить полученные знания, умения и навыки по программе. Формировать у детей положительную мотивацию к воспитанию здорового образа жизни в летний период. |

**Перспективный план работы в старшей группе.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | **Цель занятия** | **Содержание** | **Совместная деятельность** | **Самостоятельная деятельность** |
| Сентябрь | Таблетки растут на ветке, таблетки растут на грядке.  (71, 52) | Познакомить детей с понятием «витамины». Закрепить знания об овощах и фруктах и их значении в питании человека. Воспитывать у детей культуру еды, чувство меры. | 1. И.М. В гости к детям приходит Степашка и рассказывает, что Хрюша заболел. Просит ему помочь. 2. Вопросы к детям: — Как можно определить, что человек заболел? — Что нужно делать, чтобы оставаться здоровым? — Как помочь Хрюше поправиться? 3. Анализ ситуации «Хрюша любит, есть фрукты и овощи, но у него от них всегда болит живот. Что делать?» 4. Ритмическая пауза «Хороводная – огородная» 5. ИЗО деятельность «Любимые овощи и фрукты» 6. Итог занятия: Степашка благодарит ребят за помощь и угощает яблоками. | Д/и «Что где растёт» Цель: закрепить знания об овощах и фруктах. Д/и «Угадай по вкусу» Цель: Учить по вкусу определять овощи и фрукты. Д/и «Что лишнее» Цель: развивать умение сравнивать и обобщать предметы в группы по признакам. Д/и «Этот лимон жёлтый как …» Цель: закрепить знания цветов фруктов и овощей детьми. | Уголок творчества– выложить шаблоны, трафареты и образцы рисования овощей и фруктов, раскраски «Овощи и фрукты» Уголок для девочек– вывесить схемы приготовления салатов и компота. В театральный уголоквыложить маски овощей для исполнения «Огородной – хороводной». В уголок природы– выложить муляжи овощей и фруктов. В учебную зонувывесить картину «Сбор овощей и фруктов» |
| Октябрь | В гостях у доктора Айболита (241, 72) | Закрепить знания детей о понятии «здоровье». Уточнить правила сохранения здоровья. Воспитывать интерес к собственному организму, самочувствию, связанному с состоянием здоровья. | 1. И.М. В группе появляется книга К.И. Чуковского «Айболит». Входит воспитатель в костюме доктора Айболита – слушает детей, смотрит их горлышко и делает вывод, что они нуждаются в зарядке. 2. Ритмическая гимнастика под музыку «Физкульт – ура!» (6, 109) 3. Беседа о здоровье: — Что значит быть здоровым? — Как сохранить здоровье? — Расскажите, как вы укрепляете своё здоровье. 4. Итог занятия: драматизация отрывка сказки К.И. Чуковского «Доктор Айболит» | Досуг «Нас излечит, исцелит добрый доктор Айболит» Цель: учить детей не бояться врачей, самому уметь оказывать помощь. Д/и «Что вредно, что полезно» Цель: закрепить знания детей о способах укрепления здоровья. Рисование «Любимый герой сказки К.И. Чуковского «Доктор Айболит» Цель: развивать художественные способности детей. С/р игра «Больница» Цель: развивать ролевой диалог, ролевые взаимодействия, закрепить знания детей о профессиях врача, медсестры, аптекаря. | В игровой уголок– выложить атрибуты к сюжетно – ролевой игре «Больница». В учебную зону– выложить дидактическую игру «Что вредно, что полезно», наглядное пособие «Первая медицинская помощь» В театральный уголок– вывесить элементы костюмов для драматизации сказки «Доктор Айболит» |
| Ноябрь | Чистота – залог здоровья (68, 25) | Формировать привычку осознанно заботиться о чистоте своего тела. Закрепить сформированность культурно – гигиенических навыков у детей. Воспитывать желание аккуратно относиться к своей одежде. | 1. И.М. В группу к детям Почтальон приносит посылку от доктора Айболита, в которой лежат две книги К.И. Чуковского «Мойдодыр» и «Федорино горе». Как вы думаете, о чём Айболиту хочется, чтобы мы поговорили на нашем сегодняшнем занятии. 2. Вопросы к детям: — Почему от героев сказок убежали их вещи? — Почему плохо ходить неопрятным? — Назовите случаи, когда нужно мыть руки. 3. Ритмическая физминутка «Все ребята любят мыться» 4. Чтение стихотворения «Чистюля енот» 5. Загадки детям о средствах гигиены. 6. Итог занятия: сюжетно – ролевая игра «Прачечная» | Сюжетно-ролевая игра «Парикмахерская»  Цель: развивать диалогическую речь детей, воспитывать желание следить за своим внешним видом. Д/и «Наши помощники» Цель: закрепить знания детей об инвентаре младшего воспитателя» Хозяйственно – бытовой труд: стирка кукольной одежды и дежурство по столовой. Цель: приобщение детей к труду, воспитывать уважение к людям труда. Разучивание отрывка стихотворения В.В. Маяковского «Что такое хорошо» Цель: закрепить образцы правильного поведения у детей. | В раздаточной– спец. одежда для детского труда (фартуки и косынки) В игровой уголок– выложить атрибуты к сюжетно – ролевой игре «Парикмахерская» и «Прачечная» В учебную зону –выложить дидактическую игру «Наши помощники» В библиотекувыложить книги со сказками и рассказами «Козлёнок, который не любил умываться», «Мойдодыр», «Федорино горе», «Девочка чумазая» и иллюстрации к ним. |
| Декабрь | Чтобы здоровье было в порядке – делаем дружно с утра мы зарядку (67, 105) | Приобщать детей к регулярным занятиям физической культурой. Формировать привычку здорового образа жизни у детей. Воспитание положительного отношения к утренней гимнастике. | 1. И.М В группу к детям вкатывается мячик и приглашает их в страну Спортландию. 2. Ритмическая гимнастика «Путешествие по Спортландии» 3. Рассказ воспитателя о том, как древние люди ценили физические упражнения. 4. Вопросы к детям: — Для чего нужна зарядка? — Кто из вас дома делает зарядку? — Покажите своё любимое упражнение. 5. Чтение сказки «Зарядка и Простуда» 6. Итог занятия: научим пластилиновых человечков делать зарядку. | Рассматривание книг и альбомов о спорте. Цель: уточнить представления детей о различных видах спорта. Д/и с мячом «Виды спорта» Цель: закрепить в памяти детей названия видов спорта. Рисование «Придумай значок на тему «В здоровом теле – здоровый дух» Цель: формирование привычки здорового образа жизни; развитие воображения и творческих способностей детей. Эстафета «Весёлые спортсмены» Цель: развитие ловкости, быстроты и меткости. | В учебнуюзону — выложить серии иллюстраций «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта» и «Спортивный инвентарь»; дидактические игры «Что перепутал художник», «Кому что надо», «Кто лишний». В физкультурный уголок– выложить атрибуты для игры – эстафеты «Весёлые старты» В уголок творчества– выложить образцы рисования спортивного инвентаря и людей, занимающихся спортом. |
| Январь | Здоровые ушки у моей подружки (67, 102) (66, 113) | Познакомить детей со значением органа слуха. Научить ребёнка осознано заботится о своём слухе. Воспитывать привычку следить за чистотой своих ушей. | 1. И.М. В группу пришёл зайчик. Осмотрел детей и очень удивился, что у них нет ушек на макушке. Ребята докажем зайчику, что у нас есть ушки и они хорошо слышат. 2. Д/и «Кто зовёт тебя в лесу» 3. Рассказ воспитателя о строении и значении слуха для человека. 4. Ритмическая пауза «Заинька»  5. Работа по иллюстрациям «Чтобы уши были здоровыми» 6. Итог занятия: зайчик в подарок детям дарит их портреты, но без ушей. Задача детей дорисовать уши. | Д/и «Как органы человека помогают друг другу» Цель: сформировать представления о том, что органы в определённых пределах могут заменять друг друга. Д/и «Шумовые коробочки»  Цель: развивать у детей слуховое восприятие, учиться дифференцировать шумы. Разучивание стихотворения Э. Мошковской «Доктор» Цель: закрепить в памяти детей об уходе за ушами. Д/и «Чтобы уши были здоровыми» Цель: учить ребёнка бережному отношению к своему слуховому аппарату. | В учебную зону– выложить дидактическую игру «Чтобы уши были здоровыми» и вывесить плакат «Строение уха» В уголок природы– выложить раковины морского моллюска. В музыкальный уголок– выставить шумовой оркестр. В библиотеку– выставить энциклопедию «Животные» |
| Февраль | Чтобы глаза хорошо видели (66, 99) | Познакомить детей со значением органа зрения. Сформировать у детей навыки ухода за глазами. Воспитывать у детей бережное отношение к глазам. | 1. И.М. В группу к детям воспитатель заносит посылку – в ней повязка на глаза. Как вы думаете, зачем нам её прислал доктор Айболит? 2. П/и «Жмурки» 3. Проблемный вопрос «Легко ли ориентироваться в пространстве, если наши глаза ничего не видят? 4. Беседа о значении органа зрения: — Для чего человеку зрение? — Из-за чего зрение может испортится? — Можно ли смеяться над детьми в очках? 5. Игра для профилактики усталости глаз «Буратино» (6, 69) 6. Д/и «Чтобы глаза хорошо видели» 7. Итог занятия: чтобы наше зрение не ухудшалось – разучим гимнастику для глаз. | Беседа «Телевизор, компьютер и здоровье» Цель: познакомить со способами заботы о здоровье при пользовании компьютером, телевизором. (71,56) Разучивание зрительной гимнастики «Чтобы глазки отдохнули» Цель: учить детей снимать усталость с глаз по средствам гимнастики. Д/и «Чудесный мешочек»  Цель: учить детей определять предмет тактильно, по вкусу и запаху. С/и «Кольцеброс» Цель: учить детей метать в вертикальную цель, развивать глазомер. | Физкультурный уголок– выложить спортивные игры «Кольцеброс», «Дарц», «Кегельбан». Игровая зона– приготовить атрибуты к сюжетно-ролевой игре «Кабинет окулиста» В учебную зону–выложить альбом «Наши врачи» и дидактическую игру «Чтобы глаза были здоровыми» |
| Март | Зубы крепкие нужны, зубы крепкие важны (66,89) (71,55) | Дать некоторые представления о видах и значении зубов. Закрепить знания детей о способах укрепления зубов. Воспитывать осознанное желание заботиться о здоровье своих зубов. | 1. И.М. В группе появляется Королева Зубная Щетка. На жителей её королевства – зубов напал злой волшебник Кариес. Поможем королеве победить злого волшебника. 2. Беседа о зубах: — Для чего нужны зубы человеку и животным? — Чем отличаются молочные зубы от коренных?  — Что делать если разболелся зуб? 3. Физпауза «Сказочная зарядка» (6,31) 4. Рассказ Королевы Зубной Щётки о видах зубов и их значении. 5. Д/и «Чтобы зубы были здоровыми» 6. П/и «Полезные продукты» 7. Итог занятия: дети отдают Королеве Зубной Щётке корзину с продуктами, содержащими кальций. | Д/и «У кого какие зубы» Цель: познакомить с зубами различных животных (грызунов, травоядных, хищников) Чтение рассказов Г. Зайцева «Уроки Мойдодыра» Цель: закрепить правила ухода за зубами. Общение «На приёме у стоматолога» Цель: познакомить детей с особенностями работы стоматолога, сформировать «+» отношение к посещению стоматолога. | В игровую зону– выложить атрибуты к сюжетно – ролевой игре «На приёме у стоматолога»  В учебную зону–  вывесить плакат «Как правильно чистить зубы», выложить альбом «Наши врачи» и дидактические игры «Что сначала, что потом», «Чтобы зубы были здоровыми» В уголок творчества– выложить образцы рисования, шаблоны и трафареты полезных продуктов, зубной щётки и тюбика с пастой» |
| Апрель | Чтоб с болезнями не знаться – надо правильно питаться. (71, 60) | Познакомить детей с принципами правильного питания. Закрепить знания детей о вредных и полезных продуктах. Воспитывать любовь к здоровой пищи. | 1. И.М В гости к детям приходят два сказочных персонажа. Они спорят: один утверждает, что для хорошего самочувствия надо много есть, а другой, что переедать вредно. Как помочь друзьям решить спор и помириться? 2. Чтение стихотворения «Робин Бобин Баробек» 3. Вопросы к детям: — Отчего у Робина разболелся живот? — Как нужно питаться, чтобы оставаться здоровым? — Сколько раз в день надо питаться? — Что лучше есть на завтрак, обед, полдник, ужин? 4. Ритмическая пауза «Огородная – хороводная» 5. Д/и «Полезные продукты» 6. Рисование «Полезные продукты» 7. Итог занятия: дети отдают свои рисунки с полезными продуктами героям, чтобы они не забыли, как нужно питаться. | Д/и «Что лишнее» Цель: упражнять детей в классификации предметов по определённому признаку. Игра – эстафета «Полезные продукты» Цель: закрепить знания детей о вредных и полезных продуктах. Загадки об овощах и фруктах. Цель: учить детей называть предмет по заданным признакам. С/р игра «Продуктовый магазин» Цель: познакомить детей с отделами продуктовых магазинов, развивать у детей диалогическую речь. | В уголок творчества– выложить шаблоны, трафареты и образцы рисования продуктов питания. В игровую зону– выложить атрибуты к сюжетно – ролевым играм «Продуктовый магазин» и «Кухня», а также вывесить схемы – модели приготовления полезных блюд. В библиотеку–выставить книги: «Откуда к нам хлеб пришёл», «Колосок», «Хозяйка однажды с базара пришла», «Стакан молока», «Лёгкий хлеб», «О девочке, которая наступила на хлеб», «Вершки и корешки» В учебную зону– выложить разрезные картинки «Овощи» |
| Май | Я и моё настроение (70, 44) | Учить детей различать эмоциональные состояния по мимике, жестам, поведению. Познакомить со способами улучшения своего настроения и окружающих. Воспитывать у детей внимательное, толерантное отношение друг к другу. | 1. И.М. Дети получают письмо от царя из Тридевятого царства с просьбой помочь развеселить его дочь – Несмеяну. Как можно помочь Несмеяне? 2. Д/и «Продолжи фразу» — Когда у меня плохое настроение, я … — Меня огорчает, если … — Мне очень весело, когда … — Чтобы поднять себе настроение, я … — Когда я болен, то мне … 3. Вопрос к детям: «Как узнать, какое настроение у твоего друга?» 4. Физпауза «Физкультуре каждый рад!» (6,13) 5. Этюд «Стиральная машинка» 6. Рисование «То что мне поднимает настроение» 7. Итог занятия: дети отсылают свои рисунки Несмеяне, чтобы она смогла себе поднять настроение. | Психогимнастика «Спасём доброту» Цель: учить различать, называть эмоции и адекватно реагировать на них. Этюд «Доброе слово товарищу» Цель: упражнять детей в употреблении добрых слов, развитие чувства коллективизма. Общение «Все люди разные» Цель: воспитание толерантного отношения друг к другу. Д/и «Что такое хорошо и что такое плохо» Цель: уточнить представления детей о добрых и злых поступках и их последствиях. | В уголок эмоций– выложить альбом с фотографиями людей с различными эмоциональными состояниями; дидактические игры «Домик эмоций», «Угадай эмоцию», «Что такое хорошо и что такое плохо» В уголок творчества– выложить образцы рисования лиц с различными эмоциональными состояниями; вывесить репродукции портретов. В библиотеку поободрать книги с юмористическими рассказами Н. Носова. |

**Перспективный план работы в подготовительной группе.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | **Задачи** | **Содержание** | **Совместная деятельность** | **Самостоятельная деятельность** |
| Сентябрь | Твой режим дня (70, 31) | Сформировать представления о правильном режиме дня. Закрепить последовательность действий утром, днем и вечером. Воспитывать желание соблюдать режим дня. | 1. И.М. В гости к детям приходит бабушка мальчика Вити и жалуется на то, что мальчик всё время болеет. Как вы думаете, почему у Вити слабое здоровье?  2. Чтение стихотворения С. Михайлова «Про мимозу». 3. Беседа по содержанию стихотворения: — Соблюдает ли Витя режим дня? — Правильно ли он питается? — Закаляет ли бабушка Витю? — Как помочь укрепить Витино здоровье? 4. Гитмическая гимнастика под музыку «Зверобика» 5. Д/и «Режим дня» 6. Итог занятия: дети с воспитателем составляют модель здорового образа жизни для Вити. Бабушка благодарит детей и угощает фруктами. | Д/и «Режим дня» Цель: закрепить у детей последовательность действий в течении дня. Д/и «Что перепутал художник» Цель: закрепить представления о правильном режиме дня. Общение «Почему считается, что солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» Цель: развитие речи детей и умения рассуждать. | В учебной зоне– вывесить плакат «Твой режим дня», выложить дидактические игры «Режим дня», «Части судок» и «Что перепутал художник» В умывальной комнате — вывесить последовательность мытья рук. В библиотеке– выставить книги с произведениями «Девочка чумазая», «Мойдодыр», «Про мимозу», «Козлёнок, который не хотел умываться» |
| Октябрь | Откуда берутся болезни (63, 89) (71,53) | Сформировать представления о здоровье, болезнях, микробах.  Дать элементарные представления об инфекционных заболеваниях, способах их распространения. Научить детей заботится не только о своём здоровье, но и о здоровье окружающих. | 1. П.С. В группу к детям приходит Незнайка. Он чихает и кашляет, при этом не прикрывает рот носовым платком. Расскажем Незнайке правила поведения человека при простуде. 2. Беседа: «Как себя вести, если ты простудился?» — Почему человек заболевает? — Как вы думаете, каким образом микробы могут проникнуть внутрь организма? — Почему заболевшему человеку необходимо пользоваться носовым платком? — Какие правила больному нужно соблюдать, чтобы быстрее выздороветь? 3. П/и «Полезные продукты» 4. Самомассаж биологически активных точек «Неболейка» 5. Итог занятия: проводится сюжетно – ролевая игра «Больница», в ходе которой Незнайка выздоравливает. | Д/и «Оденься правильно» Цель: выявить умения детей выбирать одежду по сезону. Игра по ТРИЗ «Что будет если …» Цель: закрепление правил поведения в осеннее – зимний период» Конструктивная деятельность «Больница для игрушек» Цель: закреплять умение детей конструированию по образцу. Досуг «Осторожно микробы» Цель: формировать представления о причине некоторых заболеваний – микробах (71, 65) | В игровую зону– выложить атрибуты к сюжетно – ролевой игре «Больница». В уголок конструирования– подготовить образцы постройки здания больницы и различный строительный материал (кубики, конструктор «Лего») В учебную зону – выставить дидактическую игру «Одень куклу на прогулку» и вывесить картину «На приёме у врача». В физкультурный уголок — подготовить атрибуты для подвижной игры «Полезные продукты» |
| Ноябрь | С врачами нужно нам дружить (70, 82) | Закрепить знания детей о врачах – специалистах и особенностях их работы. Учить детей не бояться врачей, самому уметь оказывать помощь. | 1. И.М. Дети заходят в группу и видят, что у кукол повязки на руках, ногах, горле и т.д. Как вы думаете, что случилось с нашими игрушками? 2. Вопросы к детям: — Как узнать кто из кукол, чем болен? — К каким врачам каждому из них нужно обратиться за помощью? — Расскажите о своём визите в поликлинику. 3. Д/и «Угадай, что за доктор» 4. Ритмическая пауза «Мы в автобусе сидим» 5. С/р игра «Поликлиника». 6. Итог занятия: все игрушки здоровы и дети вместе с ними танцуют. | Разучивание стихотворения «Прививка» Цель: формирование положительного отношения к прививкам, развитие речи и памяти детей. Рассматривание альбома «Наши врачи» Цель: закрепить знания детей о многообразии специалистов – врачей в поликлинике. Д/и «Продолжи определение» Цель: формирование умения формулировать определения | В игровую зону– приготовить атрибуты к сюжетно – ролевой игре «Поликлиника», «Аптека» В учебную зону – выложить альбом «Наши врачи» В театральный уголокподготовить атрибуты к инсценировки отрывка сказки «Добрый доктор Айболит» В уголке творчества– выложить образцы рисования: врача, скорой помощи, больницы; организовать выставку детских рисунков «Добрый доктор» |
| Декабрь | Мой организм (63, 87) (71,53) | Дать представления об устройстве человеческого организма. Познакомить детей с понятиями «сердце», «легкие», «желудок», «скелет» и их основными функциями. Воспитывать у детей интерес к изучению человеческого организма. | 1. И.М. Дети получают посылку от Знайки, в которой плакат с изображением человеческого организма. Ребята, как вы думаете, о чём Знайка хочет, чтобы мы сегодня узнали? 2. Рассматривание плаката. 3. Д/и «Покажи, что назову» 4. Физминутка «Спорт – здоровье» (6, 28) 5. Рассказ воспитателя о строении человеческого организма. 6. вопросы к детям: — Зачем человеку сердце? — Нужен ли человеку скелет и для чего? — С помощью какого органа дышит человек? — Как пища попадает в желудок? 7. Итог занятия: «Что означает выражение «золотое сердце»? Нарисуйте любого сказочного персонажа, у которого было «золотое сердце» | Д/и «Кто что делает» Цель: знакомство с функциями органов» Задание «Знакомство с работой сердца» Цель: научить детей определять пульс с лучевой артерии. Лепка человеческой фигуры на металлическом каркасе. Цель: продолжать знакомство с человеческим скелетом и его функциями. Дыхательное упражнение «Дровосек» Цель: развитие органов дыхания у детей. | В физкультурном уголке– выложить игрушки для развития дыхания, вывесить пособие «5 волшебных точек», ростомер и игрушки для подпрыгивания. В уголок творчества– выложить пластилин и схему лепки фигуры человека. В учебной зоне– поместить плакаты «Кровеносная система», «Дыхательная система», «Скелет» и «Пищеварительная система» |
| Январь | Кто с закалкой дружит – никогда не тужит. (68,7) (71, 59) | Дать первоначальные представления о закаливании и его значении для человеческого организма. Закрепить понятия о взаимосвязи закаливания и здоровья. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни. | 1. И.М. В группу к детям заходит Незнайка и сообщает, что доктор Пилюлькин прописал ему закаливание. А что это он не знает. Поможем Незнайке, расскажем про закаливающие процедуры. 2. Беседа: — Как вы понимаете фразу «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» — Расскажите, как вы закаливаетесь в детском саду и дома? — А как закаливание влияет на здоровье человеческого организма. 4. Физминутка «На зарядке, на заре» (6, 11) 5.Чтение рассказа «Волшебный морж» 6. Вопросы к детям: — Как волшебный морж помог Ване закаливаться? — Как вы думаете, что кроме здоровья, морж помог закалить мальчику? — Какие правила при закаливании нужно знать? 7. Итог занятия: дети показывают Незнайке, как они закаляют свой организм в группе. | Физкультурный досуг «На спортивной площадке» Цель: создание положительного эмоционального настроя, повышение двигательной активности, развитие чувства товарищества. Инсценировка отрывка из сказки К.И. Чуковского «Мойдодыр» Цель: воспитание любви к водным процедурам, развитие творческих способностей детей. Загадки детям. Цель: знакомство с тем, как животные ухаживают за собой.  Рассматривание альбома «Кто с закалкой дружит – никогда не тужит» Цель: закрепление знаний о пользе закаливания. | В умывальной комнате– поместить последовательность мытья рук и обливания ног прохладной водой. В театральный уголок — выложить атрибуты для инсценировки сказки «Мойдодыр» В игровой зоне — приготовить атрибуты к сюжетно – ролевой игре «Семья». В уголке природы — поместить иллюстрации животных, птиц – принимающих водные процедуры. В учебной зоне-выложить альбом «Кто с закалкой дружит – никогда не тужит» и дидактическую игру «Одень куклу по сезону» |
| Февраль | Чтоб здоровой была кожа – за её чистотой следить надо тоже. (67, 105) | Дать первоначальные представления о кожных покровах человека и животных. Познакомить с основными функциями кожи. Воспитывать осознанное желание у детей по уходу за кожей своего тела. | 1. И.М. В группу к детям заходит грязный Незнайка, собирается есть яблоко. Воспитатель просит его сначала вымыть руки. Он отказывается. Дети, расскажем Незнайке, почему нужно следить за чистотой своих рук. 2. Вопросы к детям: — Ребята, а нужно следить только за чистотой рук? — Что может случится с Незнайкой, если он не будет мыться? 3. Рассказ воспитателя о кожных покровах человека и животных, их значении. 4. Ритмическая пауза под музыку «Все ребята любят мыться» 5. Загадки детям о средствах гигиены. 6. Д/и «Чтобы кожа была здоровой» 7. Итог занятия: дети отправляются с Незнайкой мыть руки, лицо и уши. | Разгадывание кроссворда «Предметы гигиены» Цель: закрепить знания детей о предметах гигиены, упражнять детей называть предмет по заданным признакам. Общение «Сколькими способами можно очистить кожу» Цель: доказать, что любое действие можно выполнить различными способами. Разучивание отрывка стихотворения В.В. Маяковского «Что такое хорошо» Цель: закрепить образцы правильного поведения у детей. | В игровой уголок– выложить атрибуты к сюжетно – ролевой игре «Парикмахерская» В учебную зону –выложить дидактические игры «Наши помощники» и «Чтобы кожа была здоровой»  В уголке природы — поместить иллюстрации животных, птиц – принимающих водные процедуры. В библиотекувыложить книги со сказками и рассказами «Козлёнок, который не любил умываться», «Мойдодыр», «Волшебный морж», «Девочка чумазая» и иллюстрации к ним. |
| Март | Сон – лучшее лекарство | Выявить и закрепить представления детей о сне и его значении. Сформировать у детей правила подготовки ко сну. Воспитывать положительное отношение ко сну. | 1. И.М. В группу к детям приходит Незнайка. Он жалуется на то, что вечером долго не может уснуть, а когда спит, то ему снятся страшные сны. Как помочь Незнайке? 2. Вопросы к детям: — Зачем нужен сон? — Как вы себя чувствуете, когда не выспались? — Сколькими способами можно спать?  — А вы знаете, как спят птицы, рыбы, звери?  3. Чтение стихотворения И. Токмаковой «Где спит рыбка» 4. Гимнастика после сна «Солнце глянуло в кроватку» 5. Д/и «Как готовится ко сну» 6. Тренинг «Страшные сны» 7. Итог занятия: дети рисуют для Незнайки добрые сны. Незнайка благодарит детей и уходит. | Составление рассказов детьми «Что мне сегодня снилось» Цель: развивать связную речь детей, учить детей не бояться сновидений. Д/и «Что сначала, что потом» Цель: закрепить последовательность действий детей перед сном. Тренинг «Страшные сны» Цель: учить детей не бояться сновидений. Разучивание колыбельных песен. Цель: развитие памяти и певческих способностей детей | В уголок творчества — выложить шаблоны звёзд, месяца, кровати, подушки. В игровую зону — подготовить атрибуты к сюжетно-ролевой игре «Семья» В учебную зону– выложить дидактические игры «Что перепутал художник», «Что сначала, что потом», «Режим дня», иллюстративный материал «Как спят звери, птицы, рыбы»; вывесить плакат «Части суток». |
| Апрель | Зелёная аптека (66, 91) (71,50) | Сформировать у детей понятия о взаимосвязи растительного и животного мира. Закрепить и расширить представления детей о лекарственных растениях. Воспитывать у детей бережное отношение к миру растений. | 1. И.М. В гости к детям приходит Лесовичок и рассказывает детям о том, что в лесу он главный лекарь. А как же Лесовичок помогает животным без лекарств? 2. Вопросы к детям: — Как нужно себя вести, чтобы оставаться здоровым? — Как вас лечат дома, если вы вдруг простудились? — Чем можно вылечить простуду, если лекарства под рукою нет? 3. Рассказ Лесовичка о свойствах лекарственных растений. 4. Ритмическая гимнастика под музыку «Зверобика» 5. Кроссворд от Лесовичка «Зелёная аптека» 6. Итог занятия: Лесовичок рад, что вы смогли разгадать его кроссворд и запомнить лекарственные растения, поэтому дарит вам малиновое варенье (чаепитие с Лесовичком) | Загадки детям о лекарственных растениях Цель: закрепление знаний о лечебных свойствах лекарственных растений. Д/и «что лишнее» Цель: Развитие умения классифицировать и обобщать предметы по определённому признаку. Общение «Если ты в лесу поранил ногу» Цель: познакомить детей с основными кровоостанавливающими растениями. Д/и по экологии «Лекарства под ногами» Цель: расширить знания о лекарственных растениях в жизни человека. | В уголок природы– выложить гербарий с лекарственными растениями и иллюстративный материал «Правила поведения в природе» В уголок творчества– образцы рисования малины, винограда, одуванчика, капусты и т.д. В библиотеку — выложить книги о целебных растениях, детскую энциклопедию «Растения» В учебную зону– выложить дидактическое пособие «Первая медицинская помощь при травмах», дидактическую игру «Что лишнее» |
| Май | Игра «Что? Где? Когда?» (66, 127) | Повторить, обобщить и расширить знания детей, полученные на предыдущих занятиях. Воспитывать у детей чувство коллективизма. | 1. Организационный момент (воспитатель сообщает, что занятие будет проходить в форме игры, дети делятся на команды, выбирают капитанов и название своим командам, представляются судьи) 2. На столе у педагога барабан, на которых разложены конверты с заданиями. Их прислали телезрители – сказочные персонажи. 3. В каждом конверте задание для команд: сложить картинку, отгадать загадки, назвать полезные и вредные продукты, продекламировать отрывок произведения о чистоте и т.д. 4. За правильные ответы команда зарабатывает фишки. В конце игры они подсчитываются, и определяется команда – победитель. 5. Итог игры: все участники награждаются медалями знатоков. | Игра – эстафета «Полезные продукты» Цель: закрепить знания детей о вредных и полезных продуктах. Д/и с мячом «Виды спорта» Цель: закрепить в памяти детей названия видов спорта. Д/и «Что вредно, что полезно» Цель: закрепить знания детей о способах укрепления здоровья. Рисование «Любимый герой сказки К.И. Чуковского «Доктор Айболит» Цель: развивать художественные способности детей. Д/и «Кто что делает» Цель: знакомство с функциями органов» Общение «Сколькими способами можно очистить кожу» Цель: доказать, что любое действие можно выполнить различными способами. | В учебную зону– выложить дидактические игры «Что перепутал художник», «Что сначала, что потом», «Режим дня» Физкультурный уголок– выложить спортивные игры «Кольцеброс», «Дарц», «Кегельбан». Игровая зона– приготовить атрибуты к сюжетно-ролевой игре «Кабинет окулиста» В уголке природы — поместить иллюстрации животных, птиц – принимающих водные процедуры В уголок творчества– выложить пластилин и схему лепки фигуры человека. В библиотеку«Козлёнок, который не любил умываться», «Мойдодыр», «Волшебный морж», «Девочка чумазая» и иллюстрации к н |