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. ребенкапоказатели |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 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. ребенкапоказатели |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 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. ребенкапоказатели |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 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. ребенкапоказатели |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 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. ребенкапоказатели |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 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. ребенкапоказатели |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 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 |
| Сентябрь2 нед.№1 | 1. «Скажи, нет вредным привычкам» | 1.1. «Полезные и вредные привычки», Карепова Т.Г. с. 71 | Формировать сознательный отказ от вредных привычек. |
| Сентябрь4 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. |
| Октябрь2 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. |
| Октябрь4 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. |
| Ноябрь2 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. |
| Ноябрь4 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. |
| Декабрь2 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. |
| Декабрь4 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. |
| Январь2 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. |
| Январь4 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. |
| Февраль2 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. |
| Февраль4 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. |
| Март2 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. |
| Март4 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. |
| Апрель2 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. |
| Апрель4 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. |
| Май2 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. |
| Май4 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 растенияхЦель: 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 процедурыВ 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 |