**МАОУ №210 «Ладушки».**

**Перспективно-тематическое планирование реализации содержания ОО «Физическое развитие» (формирование здорового образа жизни) в старшей группе.**

 **Воспитатель высшей категории**

 **Дурманова Л. В.,**

**Перспективно-тематическое планирование реализации содержания ОО «Физическое развитие» (формирование здорового образа жизни) в старшей группе.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Тема недели | Элемент зож/тема | Совместная деятельность педагога с детьми | Совместная деятельность детей | Взаимодействие с родителями |
| Сентябрь 1«Вот и лето прошло» | Режим дня./«Что такое режим?» | -Составление алгоритма «Режим дня»-дидактическая игра «Что сначала, что потом»-восприятие художественной литературы. Г. Граубин «Режим» -составление рассказа «Мой режим дня» | **-**дидактическая игра «Когда ты это делаешь?»-сюжетно-ролевая игра «Детский сад» | -составление рассказа «Что нельзя делать перед сном?» |
| 2«Береги свое здоровье» | К. Г. Н./«Предметы личной гигиены и пользование ими» | -беседа «Гигиенические принадлежности»-составление рассказа «Какие предметы гигиены нельзя давать людям?»-дидактическая игра «Можно – нельзя»- дидактическая игра «Подумай и ответь»-восприятие художественной литературы. Н. Коростылев «А тыНе забыл носовой платок?», «Королева зубной щетки» | -Изобразительная деятельность.«Дорисуй предметы личной гигиены»-сюжетно-ролевая игра «Детский сад»-дидактическая игра «Найди лишний предмет» | -создание коллекции «Полезные для здоровья предметы и вещи» |
| 3 |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |
| Октябрь.**1** |  |  |  |  |
| 2 «Откуда хлеб пришел на стол» | Рациональное питание/«Хлеб - всему голова» | -беседа «Хлебобулочные изделия – на здоровье» Экспериментирование «Угадай на вкус» | -изобразительная деятельность «Нарисуй отгадку»-дидактическая игра «Разрезные картинки»-дидактическая игра «Предметные картинки» (хлебобулочные изделия)-сюжетно-ролевая игра «Магазин» | -поиск информации по интернету «Найти и рассказать все о хлебе» |
| 3«Наступила осень» | Рациональное питание/«Овощи сырые и вареные» | - Беседа «Полезные продукты – овощи»-дидактическая игра «Что изменилось?»-дидактическая игра «Вредно – полезно»- Восприятие художественной литературы М. Пикулев «Овощи для борща", Ю. Тувин «Овощи». | -изобразительная деятельность. Книжка – раскраска «Овощи»-дидактическая игра «Предметы – картинки»-сюжетно – ролевая игра «Семья»- дидактическая игра «Составление пазлов» | - поиск информации по интернету «Найти и рассказать о самом удивительном овоще»-приготовление витаминного салата/ как сделать витаминный сок?- участие в развлечении. |
| 4«Во саду ли, в огороде» | Рациональное питание/«Как заготовить витамины впрок?» | - беседа «Где растут витамины?»- восприятие художественной литературы. Ф. Алмезова «Что такое витамины7»-дидактическая игра «Витамины» | -сюжетно-ролевая игра «Магазин»- дидактическая игра «Лото»- дидактическая игра «Разрезные картинки» | -составление технологических карт: «Приготовим компот», «Варим варенье». |
| 5«Береги природу» | Психо -эмоциональная регуляция/ Состояние радости. | - беседа «Отчего зависит мое настроение?»- изобразительная деятельность: рисование «Дерево радости»- дидактическая игра «Угадай настроение»- восприятие художественной литературы: С. Афеньлин «Как сткть счастливым?» | - дидактическая игра «Угадай эмоции»- подвижная игра «Море волнуется»- сюжетно-ролевая игра «Детский сад» | - памятки для родителей»Играем вместе с детьми» |
| Ноябрь.1«Россия – огромная страна | Двигательная активность./Подвижные народные игры. | - беседа «Чтобы сильным быть и ловким всем нужна нам тренировка»-дидактическая игра «Подумай и ответь»-наблюдение за играми взрослых. Народная игра «Лапта»- восприятие художественной литературы: В. Пришвин «Когда я кидаю, пятерых выбиваю» | - сюжетно-ролевая игра «Магазин»-дидактическая игра «Какие ошибки допустил художник?» | - создание буклета «Городки – русская народная игра» |
| 2«Мои друзья» | Психо -эмоциональная регуляция/ Состояние обиды. | - беседа «Ты мой друг и я твой друг»- подвижная игра «Я хочу с тобой подружиться»- восприятие художественной литературы: Ю. Ермалаев «Лучший друг».- моделирование ситуации «Сделай что-то, что обрадует друга» | - дидактическая игра «Угадай эмоции»- изобразительная деятельность: рисование, книжки – раскраски «Эмоции» | -составить правило «Как пережить огорчение?» |
| 3«Маленьким детям -большие права» | Режим дня/Режим отдыха. | - беседа «Отдых – основа жизни человека»-слушание записи музыкальных произведений в режиме отдыха.- дидактическая игра «Что сначала, что потом?»- составить правило «Здоровый детский сон». | -дидактическая игра «Что за чем?»- изобразительная деятельность: рисование «Придумаем сон» | - подбор сказок для чтения перед сном-подбор музыкальных произведений для сна и спокойных игр. |
| 4«Моя семья – моя крепость». | Рациональное питание/«Как выбрать полезные продукты?» | -дидактические игры: «Что полезно?», «Вредно – полезно».  | -сюжетно-ролевая игра «Магазин» -дидактическая игра «Разрезные картинки» | -составление семейного сборника рецептов «Полезное меню» |
| Декабрь.1«Вот пришли морозы и зима настала» | Культурно гигиенические навыки./«Уход за одеждой и способы починки». | -беседа «Одежда и время года».-дидактическая игра «Подбери заплатку» | -дидактическая игра «Разрезные картинки»-дидактическая игра «Перемешанные картинки» -сюжетно-ролевая игра «Семья». | -Составление алгоритма ухода за зимней одеждой. |
| 2«Животный и растительный мир зимой» | Психо -эмоциональная регуляция/ Состояние беспокойства и страха. | - беседа «Бывают чувства разные»-ситуация общения 2Какое у тебя настроение?»-упражнение «На что похоже настроение?»-игры «Зоопарк» -восприятие художественной литературы «Как побороть страх?» | -дидактическая игра «Угадай эмоции»-подвижная игра «Четыре стихии» | -консультация для родителей «Детские страхи, как с ними бороться?» |
| 3«Мастерская Деда Мороза». | Медицинская активность/«Если поранил руку?» | - беседа «Ссадины, порезы. Помоги себе сам»-экспериментальная деятельность «Игра с ватой»-- дидактическая игра «Из чего состоит детская аптечка?» | - сюжетно-ролевая игра «Больница»- познавательно-исследовательная деятельность: -составим алгоритм обработки ран, ссадин. | -практические упражнения «Обработка ран»-наблюдения за действиями взрослых привет оказании первой помощи. |
| 4«К нам идет Новый год» | Рациональное питание/ «Как правильно составить меню?» | - беседа «Накроем праздничный стол полезными продуктами»- дидактическая игра 2Что полезно?2-экспериментирование «Угадай на вкус»  | - дидактическая игра «Праздничное меню для кукол» | -составление семейного сборника рецептов «Праздничное меню» |
| Январь.1- |  |  |  |  |
| 2- |  |  |  |  |
| 3 «Пришла Коляда – отворяй ворота» | Рациональное питание/«Сладкое и полезное» | - дидактическая игры «Вредно – полезно», «Что лишнее?»-экспериментирование «Определение вкусовых зон языка» | -настольно-печатные игры-дидактические игра «Составление пазлов» | -составление ребусов и кроссвордов. |
| 4«Зима шагает по планете» | Двигательная деятельность/Зимние подвижные игры. | -беседа «В какие виды спорта вы играете зимой?»-подготовительные упражнения для овладения зимними спортивными играми.-восприятие художественной литературы: В. Пришвин «Когда я кидаю, пятерых выбиваю» -дидактическая игра «Доскажи словечко» | -дидактическая игры «Разрезные картинки», «Дорисуй»-настольно-печатные игры «Лото», «Зимние забавы» | -клуб выходного дня «Движения и игры на прогулке»-посещение зимой хоккейных матчей. |
| 5«Раньше и теперь» | Закаливание/«закаливание – что это?» | -беседа «Кто с законом дружит, никогда не тужит» -восприятие художественной литературы И. Иванов «Как Хома зимой купался»-составление рассказов на тему «Как я принимаю душ»-заучивание пословиц: В здоровом теле – здоровый дух.Смолоду закалиться, на весь век пригодиться.Холода не бойся – почаще мойся. | -дидактическая игры «Времена года», «Лото»-ситуация общения «Почему заболели дети?» | -создание буклета «Закаливание – первый шаг на пути к здоровью».-родительское собрание «Закаливание организма привет использовании плавательных процедур» |
| Февраль.1«Внимание – дорога» | Медицинская активность/«Если у тебя ушиб?» | -беседы «Правила безопасного поведения», «Первая помощь при ушибах» | -сюжетно-ролевые игры «Больница», «Поликлиника». | -наблюдения за действиями взрослых привет оказании первой помощи. |
| 2«Знаменитые люди России» | Двигательная активность/«Значение движения для здоровья» | -беседа «Полезные движения для здоровья»-дидактическая игра «Доскажи словечко»-развлечения и спортивные турниры | -сюжетно-ролевая игра «Магазин спорт товаров»-дидактическая игра «Разрезные картинки» | -оформление фотовитрины «Сильные, смелые, ловкие» |
| 3«Прощаемся с зимой» | Рациональное питание/«Семейство луковых» | -беседа «Где растут луковки?»- восприятие художественной литературы. О. Полякова «В огороде»-дидактическая игра «Отгадай загадку и нарисуй отгадку» | -сюжетно-ролевая игра «Магазин»-дидактическая игры «Составление пазлов», «Разрезные картинки». | -заучивание стихов, загадок, пословиц.-приготовление витаминных салатов с разными видами лука. |
| 4«День Защитника Отечества» | Режим дня/«Завтрак, обед, ужин и полдник тоже нужен» | -дидактическая игра «Что сначала, что потом?»-восприятие художественной литературы. В. Левин «Как надо вырасти?»-подвижные игры со спортивным инвентарем. | -сюжетно-ролевая игра «Семья» --дидактическая игра «Что за чем?» | -выпуск детского журнала «Здоровячек» на тему: «Как быть здоровым душой и телом?» |
| Март1«Мамы всякие нужны, мамы всякие важны» | Культурно гигиенические навыки./«Аккуратность и опрятность во внешнем виде» | -проблемная ситуация. «Как нужно ухаживать за собой?»-дидактическая игра «Можно – нельзя», «Подумай и ответь».-составление рассказа по поговорке «Чистота – залог здоровья» | -сюжетно-ролевая игра «Семья» «Детский сад».-дидактическая игра «Найди лишний предмет» | -составление коллажа из журнала мод «Какой бы я хотел(а) видеть маму?» |
| 2«Встреча весны» | Закаливание/«Одевайтесь по погоде – будете здоровы» | -беседа «Одежда и времена года»-заучивание пословицы:«Береги голову в холоде, а живот в голоде»-экспериментирование «Мир ткани» | -дидактическая игра «Времена года»-ситуация общения « Я собираюсь на прогулку» | -составление алгоритма «Одеваемся по сезену» |
| 3«Вода – волшебница» | Закаливание/«Водичка, водичка – сделай меня здоровым» | -беседа «Значение воды для здоровья»-разучивание игры «Донеси, не урони» -развлечение «В гостях у Водяного» | -дидактическая игра «Лото»-сюжетно-ролевая игра «Детский сад»  | -участие в досуговой деятельности |
| 4«Семь красавиц расписных» | Культурно гигиенические навыки./ «Эстетика сервировки стола» | -беседа «Как правильно пользоваться столовыми приборами?»-дидактическая игра «Как Маша готовилась к встрече гостей» | -сюжетно-ролевая игра «Семья», «Детский сад»-дидактическая игра «Найди лишний предмет» | -фотоконкурс «Сервируем стол» |
| Апрель1«Неделя здоровья» | Культурно гигиенические навыки./«Чистота рук и ногтей» | -беседа «Значение гигиенических процедур»-составление рассказа «Чистота – залог здоровья»-ситуация общения «Почему щиплет мыло?»-дидактическая игра «Чистоплотные дети»-восприятие художественной литературы А. Аким «Мыло» | -сюжетно-ролевая игра «Семья», 2Детский сад»-изготовление плаката «Не забывайте мыть руки»-экспериментальная деятельность: «Лаборатория грязных рук» | -беседа «Надо, надо умываться»-подбор детской художественной литературы. |
| 2«По порядку все планеты назовет любой из нас» | Двигательная активность/«Полезные и опасные движения» | -беседа «Полезные движения для здоровья»-дидактическая игра «Подумай и ответь»-восприятие художественной литературы: С. Афонькин «Как стать сильным?» | -сюжетно-ролевая игра «Семья»-дидактическая игра «Какие ошибки допустил художник?» | -экскурсия на стадион. |
| 3«Я б в пожарные пошел» | Медицинская активность/«Если вдруг ожег?» | -беседа 2Солнечный ожог»-дыхательная гимнастика «Самоварчик»-составление алгоритма оказания первой помощи при ожоге. | -сюжетно-ролевая игра «Больница», «Поликлиника». | -составление памятки «Десять советов родителям».-практические упражнения «Обработка места ожога» |
| 4Неделя экологии | Закаливание/«О пользе свежего воздуха» | -восприятие художественной литературы: Н. Коростелев «Свежий ветер»-экспериментирование «Что чувствуешь?» | -сюжетно-ролевая игра «Детский сад»-экологическая игра «Хорошо – плохо» | -консультация «О пользе прогулок на свежем воздухе». |
| 5 |  |  |  |  |
| Май1«Хорошо , когда мир на земле» | Психо -эмоциональная регуляция/ «Дружат мальчики и девочки» | -беседа «Дружба начинается с улыбки»-игра «Я хочу с тобой подружиться» | -дидактическая игра «Угадай эмоции»-подвижная игра «Море волнуется». | -создание буклета «Как помочь дошкольнику найти свое «Я» |
| 2«Вся семья вместе, так и душа на месте» | Рациональное питание/«Витамины в каше» | -беседы «Молочные продукты», «Какие бывают витамины?»-восприятие художественной литературы: И. Мазнин «Каша» | -сюжетно-ролевая игра «Семья»-дидактическая игра «Лото»-работа над проектом «Витаминная семья»  | -составление технологических карт «Как варить кашу?»-участие родителей в заседании семейного клуба 2Здоровая семья» |
| 3«Знать по цвету, что дело идет к лету» | Закаливание/«Ласковое солнце» | -беседа «Как дружить с солнцем?»-восприятие художественной литературы: Н. Коростелев «Ласковое солнце» -развлечение «Лето красное – для здоровья прекрасное» | -сюжетно-ролевая игра «Детский сад»-дидактическая игра «Времена года» | -создание буклета «Закаливание – первый шаг на пути к здоровью»-участие в досуговой деятельности детей  |
| 4«Всем ребятам надо знать, как по улице шагать» | Режим дня/ Режим движения. | -беседа «Как организовать прогулку в разное время года»-восприятие художественной литературы: Г. Лагдынь «Порядок» | -дидактическая игра «Когда ты это и делаешь», «Что за чем?»-сюжетно-ролевая игра «Детский сад» | -оформление буклета «Сколько и как должен ребенок двигаться в день?» |