

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
познавательного - речевого развития воспитанников № 27 «Теремок»
поселка Комсомолец Кировского района Ставропольского края

Матвеева С.В.
Стрелкова Е.В.



**Перспективный план
по формированию у детей
начальных представлений о здоровом образе жизни
в старшей группе «Веселый улей»
МБДОУ Детский сад «Теремок» №27 п. Комсомолец
на 2018 - 2019 учебный год.**

Воспитатель: Матвеева С.В.

**Перспективный план по формированию у детей представлений о здоровом образе жизни
в старшей группе «Веселый улей»
МБДОУ Детский сад «Теремок» №27 п. Комсомолец
на 2018-2019 учебный год.**

Тема. Программное содержание.		Содержание и формы работы	Работа с родителями
СЕНТЯБРЬ	<p style="text-align: center;">«Ребёнок и социум»</p> <p>Цель: Формировать у детей представления о сходстве и различиях людей по возрасту, полу, росту, цвету волос, глаз и т. д. Расширять и закреплять представления о родственниках. Обучать навыкам сотрудничества с детьми и взрослыми; правилам поведения в обществе.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беседа: Беседа: «Я и другие люди», «Моя семья», «Хорошие поступки», «Мои друзья». 2. С/рол. игры «Семья («Выходной день», «Пришли в гости» и т.д.), «Дочки-матери», «Детский сад» 3. Дидактические игры: «Семья», «Мое имя», «Как кого зовут», «Назови ласково», «Подбери признак», «Чей? Чья? Чье?», «Четвертый лишний», «Собери картинку». 4. Игры- импровизации: «Оцени поступок», «Коробочка добрых дел», «Если ты в группу принес игрушку». 5. Чтение художественной литературы: А.Барто «Девочка – ревушка», «Вовка – добрая душа», «Требуется друг», «Все на всех». Е.Благинина « Научу обуваться я братца». В.Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо». В.Осеева «Волшебное слово». С.Михалков «как друзья познаются». 	<p>Консультация для родителей « Ребенок и социум»</p>
ОКТАБРЬ	<p style="text-align: center;">«Тело человека»</p> <p>Цель: Формировать умение различать и называть основные части тела человека (голова, руки, ноги, туловище и т.д.). Удовлетворить потребность детей в двигательной активности, вызвать желание совершенствовать свое физическое развитие. Прививать культурно-гигиенические навыки через игровые занятия.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беседа: «Как устроено тело человека». 2. С/рол. «Осмотр у доктора». 3. Д. игры «Лицо в зеркале», «Мои помощники», «Какого цвета волосы», «Чудесные картинки», «Кто быстрее покажет части тела», «Посмотри и позови», «Что забыл нарисовать художник». 4. Чтение Г.Ладонщиков «Я под краном руки мыла». Детские энциклопедии, альбом «Тело человека», стихотворение «Тело человека» М. Ефремова. 5. Игры-задания: «Покажи, что умеют ручки? ножки?», «Подыши носиком», «Поморгай глазками», «Зачем человеку нужна голова», «Нарисуем на ладошке...», «Как ухаживать за собой», «Для чего человеку нужны части тела?» 	<p>Рекомендации родителям по формированию здорового образа жизни у детей</p>

<p style="text-align: center;">Н О Я Б Р Ъ</p>	<p style="text-align: center;">«Изучаем свой организм» Цель: Формировать представление о целостности человеческого организма. Дать детям представление о простудных заболеваниях (О поведении больного и здорового ребенка), о нахождении и значении сердца, желудка, почек, позвоночника и легких для жизни и здоровья человека. Воспитывать привычку вести здоровый образ жизни – заниматься физкультурой, формировать хорошую осанку и вовремя питаться.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.Беседа. «Как мы дышим», «Глаза», «Какую роль играет сердце в жизни человека», «Что вредно для наших легких». 2. С/рол. игра «Осмотр у доктора» 3. Дидактические игры: «Что у нас внутри», «Что я чувствую», «Зеркало», «Послушай и покажи», «Дыши – не дыши», «Кто быстрее покажет». 4. Игровые задания: «Покажи упражнение, полезное для позвоночника», «Как узнать выросли ли мы?», «Хрупкое ли у нас тело», «Как ухаживать за телом?», «Для чего нужны нам органы» 	<p>Консультация для родителей: «Профилактика простудных заболеваний».</p>
<p style="text-align: center;">Д Е К А Б Р Ъ</p>	<p style="text-align: center;">«Рот, уши, глаза человека, их функции и строение». Цель: Формировать представление о роли рта и зубов в жизни человека, необходимости регулярного и правильного ухода за полостью рта. Развивать навыки правильной чистки зубов. Прививать культурно-гигиенические навыки через чтение.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беседа: «Здоровые зубки – здоровый человек». «Роль рта в жизни человека» 2.Чтение Е.Пермяк «Про нос и язык», И. Змай «Яблоко». 3. С/рол. Игра «Маша у зубного врача». 4.Дид. игры: «Зубки веселые и грустные», «Где должна спать зубная щетка», «Какие продукты полезны нашим зубкам», «Коллаж», «Кубики», «Что полезно зубкам?», «Что полезно глазкам?» 	<p>Консультация для родителей: «Охрана здоровья детей и формирование в семье культуры здорового образа жизни».</p>
<p style="text-align: center;">Я Н В А Р Ъ</p>	<p style="text-align: center;">«Здоровье и болезнь» Цель: Познакомить с понятиями «здоровье» и «болезнь». Совершенствовать навык заботиться о своем здоровье, сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью, осознавать необходимость лечения.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беседа: «Как правильно заботиться о своем здоровье», «От чего возникают разные заболевания». 2. Дид. игры «Если ты простудился», «Лечение куклы», «Посещение больного». «У меня болят зубы», «Здоровье и настроение», «Кто здоров», «Почему Маше плохо?» 3. Игровые задания: «Как узнать, здоров ребенок или нет», «Как рассказать, что у тебя болит», «Когда человек болеет». 4. Чтение К. Чуковский «Айболит», Е. Григорьева «Бабушка больна», Г. Сенченко «Все мы скажем, не т простуде», П. Образцов «Лечу куклу», А. Барто «Я лежу болею», И.Драч «Врач». Просмотр мультфильма «Доктор Айболит». 5. Сюжетно-ролевые игры: «Посещение больного», «Аптека», «Скорая помощь» 	<p>Консультация для родителей: «Роль лекарств и витаминов»</p>

ФЕВРАЛЬ	<p>«Личная гигиена и режим дня» Цель: Расширять представления о значимости чистоты и режима дня для здоровья человека. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни. Сформировать представление о сне, убедить детей в необходимости сна для сохранения и укрепления здоровья.</p>	<p>1. Беседа: «Личная гигиена», «Режим дня» 2. Игровые задания: «Покажи, как полоскать рот», «Почему кожа стала чистой», Покажи, как ухаживать за ногтями и волосами». 3. Дидактические игры: «Мой день», «Когда это бывает», «Кукла идет гулять», «Маша-замараша», «Веселые помощники», «Что такое хорошо и что такое плохо». 4. Чтение художественной литературы: О.Высотская «Тихий час», П. Воронько «Спать пора». Просмотр мультфильма «Зарядка».</p>	<p>Консультация для родителей: «Здоровье с детства».</p>
МАРТ	<p>«Школа здорового питания» Цель: Формировать представление о зависимости здоровья человека от правильного питания. Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.</p>	<p>1. Беседа: «Какие продукты нам полезны», «Когда я ем – я глух и нем», «Зачем нужны витамины». 2. Дидактическая игра «Полезное угощение», «Что растет на грядке», «Найди полезные продукты», «Накрой стол для завтрака, обеда, ужина», «Съедобное и несъедобное», «правила питания» 3. Чтение: «Ю.Тувим «Овощи», Н.Носов «Мишкина каша», Е.Благинина «По малину», «Обедать». Л.Зильберг «Витамины А, В, С», «Рыбий жир», «Морковный сок», «Апельсин и лимон», Г.Горбовский «Деревянная ложка», С. Погореловский «Слава хлебу на столе». 4. С/рол. игра: «Магазин полезных продуктов», «Кушайте на здоровье», «Реклама», «Поварята» 5. Игры- задания: «Подбери продукты для завтрака», «Что возьмем для салата», «Что возьмем для компота», «Найди лечебное растение от простуды», «Узнай на ощупь...на вкус».</p>	<p>Консультация для родителей «Рациональное питание детей»</p>
АПРЕЛЬ	<p>«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» Цель: Формировать представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влияние на здоровье. Рассказать о взаимосвязи здоровья человека с природными и погодными явлениями.</p>	<p>1.Беседа: «Чистую воду пить – долго жить», «Солнце, воздух и вода». 2. Игры-предположения: «Если долго загорать под ярким солнцем, что может случиться?», «Если не пить воду, что будет?», «Как выглядит человек, который редко бывает на свежем воздухе?». 3. С/рол. игра: «На реке», «В гостях у доктора Знайки». 4. Дид. игра: «Подбери пару», «Найди ошибку художника».</p> <p>Чтение художественной литературы: А.Плещеев «Травка зеленеет», Е.Благинина «Свети, свети солнышко», «Дождик», А. Барто «Что лучше», С.Михалков «Как девочка Таня загорала» Просмотр мультфильма «Про львенка и черепаху»</p>	<p>Консультация для родителей: «Если хочешь быть здоров - закаляйся ».</p>

<p style="text-align: center;">МАЙ</p>	<p style="text-align: center;">«Здоровый образ жизни»</p> <p>Цель: Закреплять и обобщать представления детей о здоровом образе жизни. Формировать представление о составляющих здорового образа жизни: двигательная активность, рациональное питание, закаливание, эмоциональное равновесие, дыхание, охрана здоровья. Воспитывать положительное отношение к здоровому образу жизни.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беседа «Полезные привычки», «Правильное питание» 2. Дид. игра: «Подскажи Незнайке», «Сложи картинку», «Сто шагов к здоровью» 3. Итоговое занятие: «Путешествие в страну здоровья». 4. С/рол. игры: «Поликлиника (прием у врача окулиста, лора, хирурга и др.)», «Занятие по физкультуре», «За обеденным столом». <p>Чтение художественной литературы: Е.Успенский «Детский врач», Г.Сапгир «Будьте здоровы», С.Михалков «Тридцать шесть и пять», «Чудесные таблетки».</p> <p>Просмотр мультфильма «Ох и Ах».</p>	<p>Информация для родителей: «Полезные привычки»</p>
---	--	--	--