

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
<b>СЕНТЯБРЬ</b>	<p align="center"><b>«Ребёнок и социум»</b></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"> <li>1. Беседа: Беседа: «Я и другие люди», «Моя семья», «Хорошие поступки», «Мои друзья».</li> <li>2. С/рол. игры «Семья («Выходной день», «Пришли в гости» и т.д.), «Дочки-матери», «Детский сад»</li> <li>3. Дидактические игры: «Семья», «Мое имя», «Как кого зовут», «Назови ласково», «Подбери признак», «Чей? Чья? Чье?», «Четвертый лишний», «Собери картинку».</li> <li>4. Игры- импровизации: «Оцени поступок», «Коробочка добрых дел», «Если ты в группу принес игрушку».</li> <li>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».</li> </ol>	<p>Консультация для родителей « Ребенок и социум»</p>
<b>ОКТАБРЬ</b>	<p align="center"><b>«Тело человека»</b></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"> <li>1. Беседа: «Как устроено тело человека».</li> <li>2. С/рол. «Осмотр у доктора».</li> <li>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».</li> <li>4. Чтение Г.Ладонщиков «Я под краном руки мыла». Детские энциклопедии, альбом «Тело человека», стихотворение «Тело человека» М. Ефремова.</li> <li>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?»</li> </ol>	<p>Рекомендации родителям по формированию здорового образа жизни у детей</p>

<p style="text-align: center;"><b>Н О Я Б Р Ъ</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>«Изучаем свой организм»</b>  <b>Цель:</b> 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"> <li>1.Беседа. «Как мы дышим», «Глаза», «Какую роль играет сердце в жизни человека», «Что вредно для наших легких».</li> <li>2. С/рол. игра «Осмотр у доктора»</li> <li>3. Дидактические игры: «Что у нас внутри», «Что я чувствую», «Зеркало», «Послушай и покажи», «Дыши – не дыши», «Кто быстрее покажет».</li> <li>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»</li> </ol>	<p>Консультация для родителей:  «Профилактика простудных заболеваний».</p>
<p style="text-align: center;"><b>Д Е К А Б Р Ъ</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>«Рот, уши, глаза человека, их функции и строение».</b>  <b>Цель:</b> 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"> <li>1. Беседа: «Здоровые зубки – здоровый человек». «Роль рта в жизни человека»</li> <li>2.Чтение Е.Пермяк «Про нос и язык», И. Змай «Яблоко».</li> <li>3. С/рол. Игра «Маша у зубного врача».</li> <li>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?»</li> </ol>	<p>Консультация для родителей: «Охрана здоровья детей и формирование в семье культуры здорового образа жизни».</p>
<p style="text-align: center;"><b>Я Н В А Р Ъ</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>«Здоровье и болезнь»</b>  <b>Цель:</b> 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"> <li>1. Беседа: «Как правильно заботиться о своем здоровье», «От чего возникают разные заболевания».</li> <li>2. Дид. игры «Если ты простудился», «Лечение куклы», «Посещение больного». «У меня болят зубы», «Здоровье и настроение», «Кто здоров», «Почему Маше плохо?»</li> <li>3. Игровые задания: «Как узнать, здоров ребенок или нет», «Как рассказать, что у тебя болит», «Когда человек болеет».</li> <li>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».</li> <li>Просмотр мультфильма «Доктор Айболит».</li> <li>5. Сюжетно-ролевые игры: «Посещение больного», «Аптека», «Скорая помощь»</li> </ol>	<p>Консультация для родителей:  «Роль лекарств и витаминов»</p>

ФЕВРАЛЬ	<p><b>«Личная гигиена и режим дня»</b>  <b>Цель:</b> 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><b>«Школа здорового питания»</b>  <b>Цель:</b> 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.Благина «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><b>«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»</b>  <b>Цель:</b> 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.Благина «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;"><b>МАЙ</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>«Здоровый образ жизни»</b></p> <p><b>Цель:</b> 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"> <li>1. Беседа «Полезные привычки», «Правильное питание»</li> <li>2. Дид. игра: «Подскажи Незнайке», «Сложи картинку», «Сто шагов к здоровью»</li> <li>3. Итоговое занятие: «Путешествие в страну здоровья».</li> <li>4. С/рол. игры: «Поликлиника (прием у врача окулиста, лора, хирурга и др.)», «Занятие по физкультуре», «За обеденным столом».</li> </ol> <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>
---	--	--	--