Примерный план
образовательной работы
с детьми 1,5-3 лет

Тема: «Быть здоровыми хотим».

Программное содержание:

1.Формирование представлений о себе как человеке, об основных частях тела человека, их назначении.

2.Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, первичные, ценностные представления о здоровье.

3.Формирование культурно-гигиенических навыков.

4. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Нпосредственно образовательная деятельность по образовательным областям:

«Познание» (развитие кругозора)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- дидактическую игру: «Водичка, водичка – умой мое личико». Знакомить детей с предметами ближайшего окружения: мыло, полотенце, зубная щетка, зубная паста.

- наблюдение за трудом помощника воспитателя. Воспитывать интерес к труду взрослых, расширять круг наблюдений, обращать внимание на то, что и как делает помощник воспитателя, зачем он выполняет те или иные действия. Поддерживать желание помогать взрослым.

«Коммуникация»

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- познавательную беседу с детьми по русской народной сказке «Зайка Егорка..» (морковка для зайчика) Цель: познакомить с содержанием сказки, учить угадывать животное по описанию. Рассказать, что морковка очень полезна для глаз, зубов, что в ней много витаминов.

«Художественное творчество» (рисование, лепка)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- рисование «Платочки». Учить рисовать узор - украшать платочки. Формировать умение рисовать кистью на прямоугольной форме: ритмично проводить горизонтальные линии по всей длине (или ширине). Развивать у детей внимание, глазомер, мелкую моторику пальцев рук, аккуратность в работе.

«Художественное творчество» (аппликация, конструирование)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- аппликацию «Витамины от Айболита для зверей».

«Музыка»

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- слушание: «Дождик» р.н.м. обр.
- пение «Вот какие мы большие!» муз.Е.Тиличеевой сл.Л.Некрасовой
- музыкальные движения «Приседай» э.р.н.м.обр.А.Роомере
- игру «Гуляем и пляшем» муз.М.Раухвергера
- игру-инсценировку «Доктор Айболит»

В содержание предметно-развивающей среды по теме для самостоятельной образовательной деятельности детей целесообразно внести:

- модели выполнения зарядки, мытья рук, последовательности одевания и др.
- иллюстрациями «Чистые, грязные овощи», «У меня чистые ручки».
- плакат «Мое тело»;
- иллюстрации по потешкам о здоровье и здоровом образе жизни;
- иллюстрации с изображением средств личной гигиены (мыло, расческа, платочек и т.д.)
- схемы, изображающие правила личной гигиены детей;
- памятки для родителей по соблюдению личной гигиены детей.

Для осуществления образовательной деятельности в семье по теме целесообразно рекомендовать родителям:

- создавать в домашних условиях игровые ситуации «Расскажем Карлсону, как надо правильно кушать», «Поучим Вини-Пуха делать пену» и др.
-составить схемы правил безопасности дома.
- сделать книжку «Как я умываюсь», «Как я одеваюсь» Цель: закрепление последовательности этих процедур.
- побеседовать о здоровье: хорошо ли быть здоровым? что нужно делать, чтобы быть здоровым?
- выполнять утром совместно с ребёнком комплекс утренней зарядки.

Совместная образовательная деятельность по теме в режимных моментах:

Утро:

- проведение моделирования сказки «Зайчишка хвастунишка»

- проведение дидактических игр «Найди пару», «Большой - маленький», «Найди по описанию»

- проведение игры-беседы «Заболели глазки у зайки»;

- ситуативный разговор «Наш веселый, наш любимый носовой платок» обогащать словарь детей существительными, обозначающими, предметы личной гигиены и глаголами, обозначающими трудовые действия.

- проведение беседы после чтения потешки «Водичка, водичка»-способствовать употреблению усвоенных слов в самостоятельной речи.

- проведение ситуативной беседы: «Помоги другу»

- проведение игры-беседы «Из чего же сделаны ребятишки?» с рассматриванием плаката «Моё тело».

Гигиенические процедуры:

- ситуативные разговоры о важности самостоятельного мытья рук;

- использование потешек о воде, умывании;

- игровые ситуации на обучение порядку одевания и раздевания;

- игровая ситуация «Зайка заболел». (Зайка покушал грязную морковку) Цель: познакомить с овощами (морковкой) их полезными свойствами, как они влияют на здоровье. Рассказать, что надо обязательно мыть овощи водой.

- ситуативные разговоры с целью закрепления культурно-гигиенических навыков: перед едой и по - мере загрязнения мыть руки, аккуратно есть ложкой, пользоваться салфеткой;

- игровая ситуация «Катя закаляется». Показ с помощью куклы последовательности действий во время закаливающих процедур.

- чтение потешек, небылиц. Проговаривание предметов одежды. Во время одевания вспомнить, как одевали Катю. Поощрять проявление самостоятельности при одевании.

Завтрак, обед, полдник, ужин:

- разговоры о правилах поведения за столом (жевать с закрытым ртом, пить из чашки);

- мотивирование детей к приему пищи («Маша и каша», музыка Т.Назаровой, слова Н. Найденовой);

- использование потешек о приеме пищи;

- ситуативные беседы о правильном пользовании ложкой, салфеткой.

Прогулка

- наблюдения за

одеждой детей на прогулке;

одеждой взрослых в весеннее время;

весенним солнцем

целевая прогулка по территории детского сада

весенними изменениями в природе

- подвижные игры «Цок-цок, лошадка», «Птички летают», «Обезьянка», «Мой веселый звонкий мяч», «Поезд» - развивать желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с несложным содержанием

- индивидуальная работа по развитию основных движений;

- труд на участке

разнообразные поручения детям, которые дадут им возможность общаться со сверстниками и взрослыми.

- самостоятельная деятельность по выбору детей.

Вечер:

- разучивание комплекса гимнастики после сна.
- организация и проведение сюжетно-ролевой игры «Лечим куклу».
- рассматривание иллюстраций, сюжетных картинок, книг по теме.
- рассматривание иллюстраций к произведению К.И. Чуковского «Мойдодыр»
- проведение закаливающих мероприятий после пробуждения..
- рассматривание сюжетных картинок «Дети моют руки», «Дети обедают» - предлагать для самостоятельного рассматривания картинки, книжки, игрушки в качестве наглядного материала для общения детей друг с другом и с воспитателем
- проведение подвижных игр с атрибутами;
- проведение беседы о различиях между мальчиками и девочками;
- проведение дидактических игр «Одеваем куклу на прогулку», «Кормим куклу»

***Вечерняя прогулка*:**

- наблюдения за ручейками на участке
- подвижные игры: «Перешагни через палку», «Догони меня», «Лови меня», «Через ручеек»
- самостоятельная деятельность по выбору детей.

Примерный план
образовательной работы
с детьми 3-4 лет

Тема: «Быть здоровыми хотим».

Программное содержание:

1. Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни.
2. Формирование элементарных навыков ухода за своим телом.

Непосредственно образовательная деятельность по образовательным областям:

«Физическая культура», «Здоровье»

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- общеразвивающие упражнения «Силачи»;
- игровые упражнения на развитие скоростно-силовых качеств: «Подпрыгни и достань»;
- беседы на освоение и запоминание правил поведения в подвижной игре.

«Познание» (развитие кругозора)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- беседу «Как доктор лечит детей»;
- рассматривание модели последовательности одевания на прогулку, раздевания;

«Коммуникация»

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- беседу «Это я и мои друзья» - формировать умение вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого
- чтение русской народной сказки «Петушок и бобовое зёрнышко». Помочь детям ответить на вопрос, почему подавился петушок. Почему нельзя торопиться во время еды. Прививать культурно-гигиенические навыки при приёме пищи.

«Художественное творчество» (рисование, лепка)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- рисование гуашевыми красками «Угощение для мамы» (фрукты, овощи).

- лепка из пластилина "Витаминная тарелка" (лепка овощей и фруктов). Закрепить названия овощей и фруктов. Рассказать о пользе овощей и фруктов.

«Художественное творчество» (аппликация)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- аппликацию «Украсим сапожки для прогулки». Закреплять навыки здорового поведения, профилактики простудных заболеваний.

«Музыка»

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- пение песен о здоровье, игры, танцы, речевки
- слушание «Солнышко-ведрышко», муз. В. Карасевой, сл. народные
- пение «Ладушки», р.н.п.
- музыкальные движения «Марш» Э. Парлова и «Бег», «Спокойная ходьба и кружение» «Танец с цветами»
- игру «Солнышко и дождик», музыка М. Раухвегера, сл. А. Барто
- игру на детских музыкальных инструментах: подыгрывание народных мелодий;
- танцевально-игровое творчество: «Веселые ножки»

В содержание предметно-развивающей среды по теме для самостоятельной образовательной деятельности детей целесообразно внести:

- модель выполнения упражнений на утренней гимнастике;
- схема последовательности мытья рук;
- иллюстрациями «Чистые, грязные овощи», «У меня чистые ручки».
- плакат «Мое тело»;
- иллюстрации по потешкам о здоровье и здоровом образе жизни;
- иллюстрации с изображением средств личной гигиены (мыло, расческа, платочек и т.д.)
- схемы, изображающие правила личной гигиены детей;
- памятки для родителей по соблюдению личной гигиены детей.

Для осуществления образовательной деятельности в семье по теме целесообразно рекомендовать родителям:

- познакомить детей с элементарными правилами безопасности дома;
- сделать книжку «Как я умываюсь», «Как я одеваюсь» Цель: закрепление последовательности этих процедур;
- провести беседу «Опасные предметы»;
- проводить игровые упражнения в домашних условиях: «Расскажем…, как складывать одежду перед сном», «Кто рукавчик не засучит, тот водичку не получит»;

- оформить «книжки-малютки» о здоровье;

- побеседовать о здоровом образе жизни в семье;

- изготовить семейные газеты «Я и мое здоровье», участие в празднике «День здоровья».

Совместная образовательная деятельность по теме в режимных моментах:

Утро:

- проведение игровой ситуации: «Врачи - наши друзья» В совместной деятельности во время сюжетно-ролевой игры «Больница» (диалог: врач-больной).

- проведение игровой ситуации «Измерим мишке рост и вес»;

- проведение игровой ситуации «Таблетки растут на ветке, таблетки растут на грядке». Цель: познакомить с овощами, фруктами, их полезными свойствами, как они влияют на здоровье.

- проведение физкультминутки «Зайка умывается»;

- проведение дидактических игр «Фрукты, овощи», «Выходи водица, мы пришли умыться!»;

- проведение пальчиковых игр "Пальчик-пальчик, где ты был", "Шли четыре братца". Развитие мелкой моторики. Закрепление названий пальцев.

Гигиенические процедуры:

- ситуативные разговоры о важности самостоятельного мытья рук;

- - использование потешек о воде, умывании;

- игровые ситуации на обучение порядку одевания и раздевания;

- беседа «Почему у Стёпы заболели зубы». Рассказ воспитателя из собственного опыта. Овладение навыками чистки зубов. Объяснение воспитателя, что происходит с нечищеными зубами.

- игры – этюды по гигиеническому воспитанию: «Мыло» Р.Куликова, «Ай да суп» И.Токмаковой, «Зеркало» А.Кондратьев, «Вот как Галю одевали» В.Бардадым.

Завтрак, обед, полдник, ужин:

- ситуативные разговоры о правилах поведения за столом (жевать с закрытым ртом, пользоваться салфеткой, пить из чашки);

- мотивирование детей к приему пищи («Маша и каша», музыка Т.Назаровой, слова Н. Найденовой);

- использование потешек о приеме пищи;

- чтение стихотворений Ю.Тувима, Э.Мошковской, Г.Сапгира о полезной и вредной пищи;

- чтение стихотворений Г.Ладонщикова, Г.Граубина, С.Маршака о режиме питания и здоровье.

Прогулка

- наблюдения за весенним небом, ярким весенним солнцем, птицами, прилетающими на участок, первыми цветами, появляющейся травой, таянием снега (он стал рыхлым, грязным, мокрым) расширять представления детей о простейших связях в природе: стало пригревать солнышко - потеплело- снег исчез, появляется травка.

- подвижные игры «Не замочи ног», «Кошка и мыши», «Вот закапали сосульки», «Солнышко и дождик», «Ветерок и облака»;

- индивидуальная работа по развитию основных движений;

- труд на участке
помочь воспитателю в наведении порядка на участке

- самостоятельная деятельность по выбору детей.

Вечер:

- организация и проведение развлечения «День здоровья»;
- проведение дидактического упражнения «Расскажи Мишке как нам измеряли рост»;
- проведение дидактической игры «Что для чего»;
- проведение дидактического упражнения «Покажем Мишке, как правильно одеваться, чтобы не простудиться»;
- проведение игры «Сказка про фрукты»;
- проведение дидактической игры с куклой «Кукла заболела», «Лечение куклы»;
- проведение игровой ситуации «Где тут прячется вода? Выходи водица – мы пришла умыться».

***Вечерняя прогулка*:**

- наблюдения за ручейками, облаками
- самостоятельная деятельность по выбору детей.
- подвижные игры «Не замочи ног», «Кошка и мыши»
- развлечение «Мы растем сильными и смелыми»

Примерный план
образовательной работы
с детьми 4-5 лет

Тема: «Быть здоровыми хотим».

Программное содержание:

1.Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни.

2. Формирование элементарных навыков ухода за своим телом.

3. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

4. Становление интереса детей к правилам здоровьесберегающего поведения.

Непосредственно образовательная деятельность по образовательным областям:

− игровые упражнения на развитие скоростно-силовых качеств: «Зайка серый умывается»;

- беседу о пользе для здоровья занятий физическими упражнениями и играми;

- ситуативный разговор о значении закаливания для здоровья человека.

«Познание» (конструирование)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- конструирование «Построй такой - же домик, но высокий». Развивать умение самостоятельно измерять постройки, соблюдать заданный воспитателем принцип конструкции.

− дидактические игры на раскладывание предметов в убывающем или возрастающем порядке;

− настольные игры (подбирать группы на основе сходного признака).

«Познание» (развитие кругозора)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- экскурсия в медицинский кабинет с целью ознакомления с особенностями труда врача, медицинской сестры.

«Труд» (рукотворный мир)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- конструирование из бумаги «Стаканчик для витаминов», сгибать прямоугольный лист бумаги пополам, совмещая стороны и углы.

«Коммуникация»

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- беседу «Что делать, если кто-то заболел». Формировать представления детей о здоровье и болезни, о помощи больному человеку.
- чтение К.Д. Чуковский «Федорино горе», «Мойдодыр» Е. Силёнок, Л.Зильберг «Полезные продукты», Е.Шкловский «Как лечили мишку».

«Художественное творчество» (рисование, лепка)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- лепку (коллективную) «Корзинка с полезными овощами и фруктами». Лепка конструктивным способом (каждый ребенок лепит свои овощи и фрукты). Создание коллективной композиции, формирование навыков сотрудничества, сотворчества.

«Художественное творчество» (аппликация, конструирование)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- аппликацию «Подарки Мойдодыру» (мыло, мочалка, расческа, зубная паста, зубная щетка и др.). Формирование технических навыков пользования ножницами, клейстером, салфеткой, навыков здорового образа жизни.

«Музыка»

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- слушание «Солнышко» муз.Т.Кравченко
- пение «Строим дом» муз.В.Карасева сл. С.Вышеславцевой
- музыкальное движение «Скачут по дорожке» муз.А.Филлипенко
- драматизация «Прогулка» муз.М.Раухвергера
- игра «Игра с цветными платочками» муз.Т.Ломовой
- игра на детских музыкальных инструментах: « Мы идем с флажками»
- танцевально-игровое творчество: «Бегал заяц по болоту» муз.В.Герчик

В содержание предметно-развивающей среды по теме для самостоятельной образовательной деятельности детей целесообразно внести:

- иллюстрации в уголок здоровья: «Овощи - фрукты», «Где живут витамины»;
- картотеку «Спортивный инвентарь», «Спорт»;
- картины, иллюстрации к прочитанным произведениям о здоровье;
- музыкально-дидактическую игру «Спой песенку по картинке»;
- книгу «Мое тело»;
- дополнения в социально-ролевые игры «Больница», «Поликлиника»;

- игры валеологической направленности «Твоя кожа», «Здоровые зубы».

Для осуществления образовательной деятельности в семье по теме целесообразно рекомендовать родителям:

- оформить с ребенком семейную газету «Если хочешь быть здоров…» (спорт, питание, витамины),
- рассмотреть картинки изображающие врачей, рассказать на что направлена их деятельность;
- оформить проект «Презентация витаминного салата (коктейля)»;
- принять участие в фотоконкурсе «Я здоровье берегу»;
- чтение «Про маленького поросенка Плюха» (Э. Аттли).
- оформить «книжки-малютки» о здоровье,
- побеседовать о здоровом образе жизни в семье «Береги зубы»;
- оформить коллекцию «Полезные для здоровья продукты».

Совместная образовательная деятельность по теме в режимных моментах:

Утро:

- проведение дидактической игры «Я и моё тело»;
-загадывание загадок о спорте, спортивных предметах;
- организация игровой ситуации «Овощи, фрукты – здоровые продукты». Развивать умение детей описывать предмет, значение для здоровья человека.
- рассматривание иллюстраций о работе медсестры;
- проведение беседы на тему: «Я и моё здоровье»;
- ситуативный разговор по образцу воспитателя «Как я заболел-(а)»;
- рассказ воспитателя «Как я покупала лекарства»;
- проведение беседы «Что продают в аптеке»;
- ситуативный разговор «Пять дел перед сном»;

Гигиенические процедуры:

- ситуативные разговоры о важности самостоятельного мытья рук;
- использование потешек о воде, умывании;
- игровые ситуации на обучение порядку одевания и раздевания;
- беседа «Руки мой перед едой», «Что мы должны делать, когда кашляем и чихаем», «Как вести себя во время болезни»;
- беседа при одевании, умывании, беседы-напоминания о культуре гигиены;
- беседы-напоминания о культуре приема пищи;

Завтрак, обед, полдник, ужин:

- разговоры о правилах поведения за столом (жевать с закрытым ртом, пользоваться салфеткой, пить из чашки);

- мотивирование детей к приему пищи («Маша и каша», музыка Т.Назаровой, слова Н. Найденовой);

- использование потешек о приеме пищи;

- ситуативный разговор о необходимости употребления витаминов и их значения для здоровья людей;

- ситуативный разговор о витаминах и продуктах наиболее полезных для детского организма;

Прогулка

- наблюдения за проявлением признаков весны: солнце стало теплее, набухли почки на деревьях, распустились подснежники, появились насекомые; весенним солнцем, ветром, небом с целью выявления изменений в природе в весеннее время; изменениями во внешнем виде деревьев в весеннее время; снегом; оттепелью и капелью; работой взрослых, проводимой в весенний период (на огороде, в цветнике, саду).

- подвижные игры «Бездомный заяц», «У медведя во бору», «Лиса в курятнике», «Подбрось - поймай», «Прятки».

- индивидуальная работа по развитию основных движений и физических качеств;

- труд на участке
расчистка дорожек от оставшегося снега;
уборка участка от мусора;
уборка цветника от прошлогодних увядших стеблей и листьев;
уборка веток с дорожек;
сбор прошлогодней листвы.

- самостоятельная деятельность по выбору детей.

Вечер:

- проведение развлечения «День здоровья»;

- проведение беседы «Чтобы утром рано встать, надо вовремя лечь спать»;

- проведение беседы об активном отдыхе зимой и летом - воспитывать потребность в сотрудничестве со сверстниками.

- проведение беседы «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» - учить рассказывать о впечатлениях и событиях из личного опыта.

- ситуативный разговор «Как вести себя во время болезни»;

- физкультурный досуг «как хорошо здоровым быть!»

***Вечерняя прогулка*:**

- наблюдения за изменениями в погоде по сравнению с дневной прогулкой;

- подвижные игры: «Зайцы и волк», «Лошадки», «Бездомный заяц», «Найди и промолчи», «Самолеты», «Птичка и кошка».

- самостоятельная деятельность по выбору детей.

Примерный план
образовательной работы
с детьми 5-6 лет

Тема: «Быть здоровыми хотим».

Программное содержание:

1.Становление устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и безопасного поведения;

2.Формирование представлений о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья;

3.Развитие самостоятельности детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек;

4. Развитие умения элементарно описывать свое самочувствие; умение привлечь внимание к взрослым в случае неважного самочувствия, недомогания;

5.Развитие умения избегать опасных для здоровья ситуаций, обращаться за помощью взрослого в случае их возникновения.

6. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

Непосредственно образовательная деятельность по образовательным областям:

«Физическая культура», «Здоровье»

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- беседу о пользе занятий физической культурой, о профилактике травматизма при выполнении физических упражнений.

«Познание» (развитие сенсорной культуры, конструирование)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- беседу «Мои помощники – глаза, уши, нос, язык, руки». Помочь дошкольникам осознать возможности использования органов чувств для познания окружающего мира. Установить связи между способами познания и познаваемыми свойствами и качествами предметов.

«Познание» (развитие кругозора)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- беседу «Лесная аптека». Обеспечивать экологическое развитие детей, используя в рамках темы организацию образовательной ситуации, обсуждений, чтения.

«Коммуникация»

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- дидактическую игру «Чему я научился и что буду использовать в своей жизни для сохранения и укрепления здоровья». Становление устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и безопасного поведения; совершенствовать умение согласовывать слова в предложениях; формировать умение составлять по образцу простые и сложные предложения

- словесную игру «Кто знает, тот отвечает». Составление рассказа на тему: «Чему я научился и что буду использовать в своей жизни для сохранения и укрепления своего здоровья»,

«Художественное творчество» (рисование, лепка)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- коллективная сюжетная лепка «Спортивный праздник». Учить детей составлять из вылепленных фигурок коллективную композицию. Продолжать учить передавать разнообразные движения человека (бег, прыжки и др.). Развивать способность к формообразованию и сюжетосложению. Воспитывать чувство сотрудничества при выполнении работы

- рисование «Весеннее небо». Использовать технику «По - мокрому» (цветовая растяжка, лессировка). Свободное экспериментирование с акварельными красками и разными художественными материалами.

«Художественное творчество» (аппликация, конструирование)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- аппликацию сюжетную «А водица далеко, а ведерко велико…». Создавать разные изображения на основе одной формы (сарафан и ведро из трапеций); построить простой сюжет по содержанию потешки аппликативными средствами. Учить изображению куклы в сарафане.

«Музыка»

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- слушание «Мальчик замарашка» ф.н.п.

- музыкально-дидактическая игра «Догадайся, кто поет»

- для развития голоса « Громко-тихо запоем» муз.Е.Тиличеевой, сл.А.Гангова, упражнения из «Фонопедического метода развития голоса» В.В. Емельянов

- пение «Песенка друзей» муз.В.Герчик, сл.Я Акима

- музыкальное движение «Всадники» муз.В.Витлина

- игра «Не опоздай» р.н.м. в обр.М.Раухвергера

- игра на детских музыкальных инструментах :«Скок-скок-поскок»

- танцевально-игровое творчество: «Я полю, полю лучок» муз.Е.Тиличеевой

- развлечение «День здоровья»

«Безопасность»

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- игру-путешествие по правилам дорожного движения «Безопасность на дорогах»

«Чтение художественной литературы»

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- чтение А. Барто. Сто одежек Девочка чумазая. Т. Собакин. О пользе овсяной каши. М. Гали. Хлеб. Я.Аким. Яблоко. Литовская сказка. Почему кот моется после еды. Ю. Тувим. Письмо ко всем детям по одному очень важному делу. Учить детей выразительно читать стихотворения. Уметь пересказать тексты знакомых произведений, называть авторов произведений, пишущих о здоровье. Развивать у детей интерес к познавательной литературе по здоровому образу жизни. Через художественные произведения воспитывать у детей потребность в здоровом образе жизни.

В содержание предметно-развивающей среды по теме для самостоятельной образовательной деятельности детей целесообразно внести:

- иллюстрации в уголок здоровья: «Овощи - фрукты», «Где живут витамины»;
- картотеку «Спортивный инвентарь», «Спорт»;
- картины, иллюстрации к прочитанным произведениям о здоровье;
- музыкально-дидактическую игру «Спой песенку по картинке»;
- книгу «Мое тело»;
- дополнения в социально-ролевые игры «Больница», «Поликлиника»;
- игры валеологической направленности «Твоя кожа», «Здоровые зубы»;
- детские рисунки на тему: «Картинки - смешинки»;
- альбомы «Безопасность», «Чистота – залог здоровья», «Спорт- это здоровье»;
- таблицы «Проверка зрения» в сюжетно-ролевую игру «Больница»;
- детскую зубную пасту, зубные щетки (для выставки);
- дидактическую игру «Органы чувств человека»

Для осуществления образовательной деятельности в семье по теме целесообразно рекомендовать родителям:

- принять участие в изготовлении тематических альбомов, газет о здоровье (закаливание, спорт).

- прочитать сказку «Зарядка и простуда».

- посмотреть с ребенком мультфильм «Ох и Ах», провести беседу по просмотренным мультфильмам.

- знакомить ребенка с пословицами и поговорками о ЗОЖ.

- подготовить рисунки к участию в конкурсе «Мама, папа, я – здоровая семья».

- побеседовать с ребёнком о полезных и вредных продуктах

- разучить упражнения дыхательной гимнастики.

- побеседовать с ребёнком на темы: «Спортивные тренировки», «Что может случиться если…», «Как стать Геркулесом»;

- посетить с ребенком спортивные мероприятия в городе;

- побеседовать с детьми на тему «Где живут витамины».

Совместная образовательная деятельность по теме в режимных моментах:

Утро:

- проведение беседы на тему бережного отношения к вещам, на примере произведений С. Маршака и К. Чуковского;

- проведение беседы -диалога «Чистое помещение – залог здоровья»;

- проведение физкультминутки «Прочь усталость, лень и скука»;

- проведение пальчиковой игры «Зарядка»;

- проведение дидактических игр «Кому, что нужно для работы», «Кто что делает», «Вредно-полезно», «Кто что делает», «Я умею выбирать полезную пищу»;

- организация сюжетно-ролевой игрыа «Корреспонденты», темы интервью: «Как я заболела», «Что я знаю о своем здоровье», «Хочу одеваться правильно», «Как рос мой папа», «Как я заболела», «Что я знаю о своем здоровье» - развивать монологическую форму речи; развивать умение составлять рассказы о событиях из личного опыта, придумывать свои концовки к сказкам.

- проведение интервью с микрофоном «Как прошел выходной день» - формировать умение составлять небольшие рассказы творческого характера на предложенную воспитателем тему; совершенствовать диалогическую форму речи;

- закрепление пословиц, поговорок о здоровье ("Болен – лечись, а здоров - берегись", "Было бы здоровье – остальное будет");

- проведение беседы «Чистота и здоровье», Письмо больному другу», «Как поднять настроение у детей и взрослых», «Забота о главном», «Что помогает быть здоровым».

- ознакомление детей с режимом дня, с видами спорта для девочек и для мальчиков, показать детям зависимость здоровья от занятий спортом.

- проведение беседы на тему «Мы дружим с физкультурой».

Гигиенические процедуры:

- ситуативные разговоры о важности самостоятельного мытья рук;

- - использование потешек о воде, умывании;

- игровые ситуации на обучение последовательности одевания и раздевания;

- просмотр мультфильма «Кто поможет крокодилу». Помочь детям понять необходимость проведения культурно-гигиенических мероприятий (умываться, чистить зубы…)

- участие в проекте "Мы выбираем здоровье".

- ситуативные разговоры с целью объяснения значения физкультурных занятий, утренней гимнастики, занятий спортом, закаливания для здоровья человека с использованием рассказов воспитателей из собственного опыта. Выработка правил поведения.

- напоминание о гигиене полости рта после еды. Уточнить для чего это необходимо.

Завтрак, обед, полдник, ужин:

- разговоры о правилах поведения за столом (жевать с закрытым ртом, пользоваться салфеткой, пить из чашки);

- мотивирование детей к приему пищи («Маша и каша», музыка Т.Назаровой, слова Н. Найденовой);

- использование потешек о приеме пищи;

- беседа – диалог о полезной и вредной пищи;

-беседа-диалог о витаминах и значении для здоровья человека;

- игры – экспериментирование «Грязные и чистые руки». Закрепить представление что вода и мыло очищают;

- чтение стихотворений Ю.Тувима, Г.Сапгира, С.Прокофьевой;

- проведение игр – этюдов по произведениям Э.Мошковской «маша и каша», С.Капутикян «Кто скорее допьет», Г.Лагздынь;

- рассматривание плаката «Правильное питание».

Прогулка

- наблюдения за

зависимостью одежды от погоды. Поговорить чем отличается одежда в холодное время года от одежды в тёплое время. Почему надо учитывать температуру воздуха и силу ветра. Учить детей осознанно подбирать одежду, бережно относится к своему здоровью.

капелью, весенней природой, развивать познавательный интерес, воспитывать устойчивое внимание. Приметы: снег скоро тает – к мокрому лету. Поговорка: «Март – весне брат и зиме и не рад».

деревьями (почками). Приметы: «Иней на березах – к морозу», «береза весной выделяет сок – к потеплению»

ветром. Приметы: направление ветра и движение облаков не одинаково – возможен дождь; подул северный ветер – похолодает. Пословицы: «Весною сутки мочит, а час сушит»;

птицами;

- подвижные игры «Догонялки», «Море волнуется…», «Уголки», «Мы весёлые ребята», «Кто лучше прыгнет?», «Мяч водящему», «Гуси-лебеди», «Классы»;

- индивидуальная работа по развитию основных движений и физических качеств;

- труд на участке

уборка и наведение порядка на территории;

помощь дворнику в уборке снега на участках и на дорожках, снег собирается в лунки деревьев, кустарников и клумб;

в случае гололеда посыпать дорожки песком, повторить правила безопасного поведения при гололеде;

уборка цветника от прошлогодних увядших стеблей и листьев.

- самостоятельная деятельность по выбору детей.

Вечер:

- проведение игра-драматизации по сказке К. Чуковского «Мойдодыр».

- проведение театрализованной постановки «Дорога к теремку» (с целью уточнить знания о дорожных знаках).

- проведение зрительной гимнастики, массаж ушных раковин, закаливающие мероприятия с использованием картотеки музыкальных произведений для релаксации;

- выставка детских рисунков, иллюстраций на тему: «Картинки – смешинки».

- рассматривание альбомов «Безопасность», «Чистота – залог здоровья».

-изготовление таблиц для проверки зрения (в ролевую игру);

- проведение дидактических игр «Органы чувств человека», «Красный, желтый, зеленый», «Я умею выбирать полезную пищу» -поощрять попытки высказывать свою точку зрения, согласие или несогласие с ответом товарища;

- проведение игры «01,02,03 – быстро набери, адрес точный назови и на помощь позови» - развивать монологическую форму речи

- чтение И Семенов «Как стать Неболейкой»,

- ситуативные беседы об источниках опасности для человека в процессе трудовой деятельности (острые, режущие предметы, ядовитые растения, огонь, электричество; о последствиях опасных ситуаций: ожоги, раны, потеря зрения).

- создать условия для самостоятельной продуктивной деятельности: аппликация «Таблица для проверки зрения», рисование «Предметы личной гигиены», рисование «Мы занимаемся зарядкой».

- организация экспериментирования с водой, мылом, зубными щетками и пастой, бумажными салфетками;

- проведение сюжетно – ролевых игр «Больница», «Поликлиника» «Аптека»;

- беседа «Что делать , если человек заболел»

***Вечерняя прогулка*:**

- наблюдения за весенними изменениями в погоде, природе;
- подвижные игры: «Охотники и зайцы», «Классы», «С кочки на кочку», «Бездомный заяц».
- игры с элементами соревнований: «Кто быстрее?», «Кто выше».
- народные игры: «Гори, гори ясно».
- самостоятельная деятельность по выбору детей.

Примерный план
образовательной работы
с детьми 6-7 лет

Тема: «Быть здоровыми хотим».

Программное содержание:

1.Воспитание ценностного отношения детей к здоровью и человеческой жизни, развитие мотивации к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

2.Обогащение и углубление представлений детей о том, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье;

3.Воспитание самостоятельности в выполнении культурно-гигиенических навыков, обогащение представлений детей о гигиенической культуре;

4.Обеспечение сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей.

Непосредственно образовательная деятельность по образовательным областям:

«Познание» (развитие сенсорной культуры)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- «Органы дыхания» Это что? Для чего нужны? Познакомить детей с органами дыхания (нос, горло, бронхи, лёгкие). Уточнить представления детей, опираясь на их опыт, для чего они нужны. Как уберечь от заболеваний органы дыхания (не простужаться, не находиться рядом с курящими…). Экспериментальным путем показать детям, почему вредно находиться рядом с курящими.

«Познание» (развитие кругозора)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- беседы и рассказы педагогов о службе спасения людей в чрезвычайных ситуациях (МЧС). Рассказать о социальной значимости профессии спасателя. Обсудить различные опасные ситуации, которые могут возникнуть, научить мерам предосторожности

«Труд» (рукотворный мир)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- изготовление скворечника, кормушек для птиц из бросового материала. Формирование трудовых навыков, умения работать в коллективе, навыки взаимодействия, доводить работу до конца;

«Коммуникация»

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- составление рассказа из личного опыта «Как я укрепляю свое здоровье». Развитие монологической речи детей: фонетико-фонематического, лексико-грамматического компонентов; речевого этикета; невербальных средств (адекватное использование мимики, жестов).

- беседу о пользе прогулок для укрепления здоровья. Составление рассказов по сюжетным картинкам, рассказы из личного опыта детей.

«Безопасность»

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- беседу о безопасном проведении в быту и на природе «Что делать, если…». Обсуждение рассказов детей из личного опыта.

«Художественное творчество» (рисование, лепка)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- лепку сюжетную - коллективная композиция «Туристы в горах». Учить составлять коллективную сюжетную композицию из вылепленных фигурок. Показать технику леки свободно двигающегося человека, анализировать особенности фигуры человека, соотносить части тела по величине и пропорциям. Развивать композиционные умения и способности. Воспитывать навыки сотрудничества

- рисование по представлению «Мы с мамой улыбаемся» парный портер – анфас. Учить рисовать парный портрет анфас с передачей особенностей внешнего вида, характера и веселого настроения конкретных людей (себя и мамы).

«Художественное творчество» (аппликация, конструирование)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- аппликацию «Весна идет» (пейзаж). Оформление готовых работ (рисунков, аппликаций) как завершающий этап творчества. Создание условий для творческого применения освоенных умений.

«Художественное творчество» (декоративно-прикладное искусство)

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- коллаж «Быть здоровыми хотим» (коллективная работа). Закрепление технических и композиционных навыков; развитие чувства цвета, умение передавать колорит; закрепление навыков свободного владения знакомыми графическими материалами (карандаши, фломастеры, маркеры, восковые мелки и др.)

«Музыка»

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- слушание «Хорошо у нас в саду» муз. В.Герчик, сл.А.Пришельца
- музыкально-дидактическая игра «Наш оркестр» муз.Е.Тиличеевой, сл.Ю.Островского (тембровое восприятие)
- развитие голоса «Чепуха» муз.Е.Тиличеевой, сл.Н.Найденовой упражнения из «Фонопедического метода развития голоса» В.В. Емельянов
- песенное творчество: «Во поле береза стояла» р.н.п.
- пение «Хорошо у нас в саду»муз.В.Герчик, сл.А.Пришельца
- музыкальное движение «Гопак» у.н.м.
- игра «Кто скорей» муз.М.Шварца
- игра на детских музыкальных инструментах: «Латвийская полька» обр.М.Раухвергера Танцевально-игровое творчество: «Задорный танец» муз.В.Золотарева
- развлечение - «День здоровья»
- досуг «Дорога к доброму здоровью», «Песенка о здоровье» муз. И. Якушева, сл. О. Высотской. Песня и упражнение «Мяч» муз. Ю. Чичкова, сл. З. Петровой

"Чтение художественной литературы"

В целях реализации программного содержания темы целесообразно использовать:

- чтение Михайлов М.М. «Два Мороза», «Как медведь трубку курил» Илья Бутман «Площадь правильных правил» Сказкотерапия. «Как мы с Вовкой готовились в олимпийскую сборную» Софья Прокофьева, Генрих Сапгир «Румяные щечки». Воспитание у детей потребности в здоровье через художественное слово. Учить детей пониманию целостного здорового образа жизни, через чтение художественной литературы. Создание правильных представлений о здоровом образе жизни. Развивать способность эмоционально реагировать на содержание литературных произведений.

В содержание предметно-развивающей среды по теме для самостоятельной образовательной деятельности детей целесообразно внести:

- иллюстрации в уголок здоровья: «Овощи - фрукты», «Где живут витамины»;
- картотеку «Спортивный инвентарь», «Спорт»;
- картины, иллюстрации к прочитанным произведениям о здоровье;
- музыкально-дидактическую игру «Спой песенку по картинке»;
- книгу «Мое тело»;
- дополнения в социально-ролевые игры «Больница», «Поликлиника»;
- игры валеологической направленности «Твоя кожа», «Здоровые зубы»;

- детские рисунки на тему: «Картинки - смешинки»;

- альбомы «Безопасность», «Чистота – залог здоровья», «Спорт- это здоровье»;

- таблицы «Проверка зрения» в сюжетно-ролевую игру «Больница»;

- детскую зубную пасту, зубные щетки (для выставки);

- дидактическую игру «Органы чувств человека»

- плакат «Режим дня».

- плакат с гимнастическими упражнениями для детей.

- иллюстрации с изображением различных видов спорта;

- музыкально-дидактическую игру «Наш оркестр».

Для осуществления образовательной деятельности в семье по теме целесообразно рекомендовать родителям:

- посетить бассейн, спортивный клуб;

- сделать плакат «Защита здоровья»;

- оформить «книжки-малютки» о здоровье;

- побеседовать о здоровом образе жизни в семье;

- изготовить семейную газету «Я и мое здоровье»;

- побеседовать: «Спорт – залог здоровья».

-выполнить зарисовки на тему «Быть здоровыми хотим»;

- побеседовать с ребёнком о лекарственных растениях, «Если хочешь быть здоров – закаляйся», «Вредные привычки человека», «Откуда берутся болезни», «Что такое режим дня, как его соблюдать здоровым и больным», «Избавляясь от вредных привычек», «Традиции и любимые занятия моей семьи

- чтение А. Ампилов «Зубки заболели», В. Ланцети «Все начинается…»

Совместная образовательная деятельность по теме в режимных моментах:

Утро:

- проведение ситуативной беседы «Личная гигиена»;

- проведение экскурсии на школьный стадион;

- проведение пальчиковой игры «Солнышко»;

- проведение дидактической игры «Валеология или здоровый малыш», «Части тела», «Оказание первой помощи»;

- проведение проблемной ситуации «В нашей группе больной» -учить объяснять сверстникам и младшим детям способы выполнения основных гигиенических процедур, убеждать в необходимости здорового образа жизни;

- проведение физкультминутки «Чтобы сильным стать и ловким»;

- проведение пальчиковой игры «Разомнёмся мы сейчас»

- проведение гимнастики для глаз;

- проведение беседы «Вредные привычки»; «Зачем человек ест?». Помочь понять детям, что есть взаимосвязь между едой, которую употребляет человек, и его самочувствием. Рассказать о вреде фастфудов. Учить детей делать выводы, принимать решения.

- проведение сюжетно - ролевых игр «Больница», «Поликлиника», «Аптека», «Скорая помощь» - поддерживать желание детей отражать в игровой деятельности полученные знания и представления о труде взрослых.

- использовать потешки и поговороки о здоровье в повседневной жизни;

- проведение беседы на тему: «Откуда берутся болезни?» (Что такое вирусы, микробы)

Гигиенические процедуры:

- ситуативные разговоры о важности самостоятельного мытья рук;

- использование потешек о воде, умывании;

- игровые ситуации на обучение порядку одевания и раздевания;

- ситуативные разговоры с целью обращения внимания детей во время одевания на прогулку на необходимость шарфов и варежек. Предложить подумать какая связь между замёрзшими руками и заболевшим горлом.

- ситуативный разговор о правилах гигиены для мальчиков и девочек;

- ситуативный разговор о способах определения состояния своего здоровья (здоров или болен);

Завтрак, обед, полдник, ужин:

- разговоры о правилах поведения за столом (жевать с закрытым ртом, пользоваться салфеткой, пить из чашки);

- мотивирование детей к приему пищи («Маша и каша», музыка Т.Назаровой, слова Н. Найденовой);

- использование потешек о приеме пищи;

- ситуативные разговоры с целью обратить внимание на пищу, которую готовят в детском саду. Как называется? Из чего приготовлено? Какие витамины получает организм, получая эту пищу. Осознанно подходить к приёму пищи.

- беседа – диалог о полезной и вредной пищи, о продуктах полезных и вредных для здоровья;

-беседа-диалог о витаминах и значении для здоровья человека;

- игры – экспериментирование «Грязные и чистые руки». Закрепить представление что вода и мыло очищают;

- чтение стихотворений Ю.Тувима, Г.Сапгира, С.Прокофьевой;

- проведение игр – этюдов по произведениям Э.Мошковской «маша и каша», С.Капутикян «Кто скорее допьет», Г.Лагздынь;

- рассматривание плаката «Правильное питание»;

- ситуативный разговор о правилах правильного питания;

- ситуативный разговор о правилах культуры еды: сидеть спокойно, аккуратно пережевывать пищу, не торопиться, не говорить с полным ртом, правильно пользоваться вилкой и ножом, салфеткой, водой для полоскания рта;

Прогулка

- наблюдения за

изменениями, происходящими в природе

капелью, весенней природой, развивать познавательный интерес, воспитывать устойчивое внимание. Приметы: снег скоро тает – к мокрому лету. Поговорка: «Март – весне брат и зиме и не рад».

деревьями (почками). Приметы: «Иней на березах – к морозу», «береза весной выделяет сок – к потеплению»

повадками птиц

рассматривание молодой травы на солнечной стороне участка

состоянием температуры воздуха с помощью термометра (столбик с ртутью может быстро подниматься и опускаться, с зависимости от того, где он находится в тени или на солнце). Изменение температуры воздуха в течение дня.

народными приметами в состоянии погоды и природы: длинные сосульки – к долгой весне, если весной летит много паутины – лето будет жарким и др.

- подвижные игры "Гори, гори ясно!", "Ловишка, бери ленту", «Волк во рву», «Не попадись», «Эстафеты», «Лягушка и цапли», «Краски», «Горелки».

Игры по инициативе. «Скорая помощь», «Оказание первой помощи», «Ветлечебница», «Народная медицина».

- индивидуальная работа по развитию основных движений и физических качеств;

- труд на участке

сбор прошлогодней листвы, веточек, мусора

ремонт кормушек и пополнение их кормом

поддержание чистоты и порядка на территории детского сада

посыпание дорожек песком (во время гололеда)

помощь дворнику в уборке снег на участках и дорожках

- самостоятельная деятельность по выбору детей.

Вечер:

- чтение: Г. Остер «Вредные советы». Совместное обсуждение прочитанного.

- рисование на тему: «Откуда берутся болезни?». Составление рассказов к своим рисункам.

- проведение сюжетно-ролевых игр «гости», «дом», «кафе».

- проведение дидактических игр «Готовим обед». Составление рецептов блюд. Придумывание вкусных и полезных блюд. Использование знаний, полученных ранее.

- конструирование «Поликлиника»;

- рисование «Мойдодыр», «Мы укрепляем здоровье»

- создание условий для организации экспериментирования с водой, мылом, бумажными салфетками.

- создание условий для развертывания режиссерских игр по мотивам художественных произведений, мультипликационного фильма «Доктор Айболит».

- ознакомление с произведениями писателей о здоровом образе жизни;

- изготовление листовок для родителей «Будьте здоровы»;

- проведение беседа «Люди, которые лечат», «2О правилах пожарной безопасности», «2О безопасности поведения на улицах города»;

- чтение: В.Корненков «Рассказы о таежном докторе»;

- изготовление атрибутов к сюжетно-ролевой игре «Скорая помощь» (шпатель, градусник)

- проведение дидактических игр «Валеология или здоровый малыш», «Части тела», «Оказание первой помощи»;

- чтение: Л. Гржибовская «Чисти зубки, руки мой!!!».

- проведение дидактических игр «Зеленая аптека», «Полезно-необходимо-опасно» (использование моделей);

- организация проектной деятельности (создание и презентация эскизов спортивного костюма, спортивный комплекс, медали, организация физкультурного уголка в группах).- Создавать условия для организации и проведения сюжетно - ролевой игры «Олимпиада».

***Вечерняя прогулка*:**

- наблюдения за состоянием температуры воздуха с помощью термометра, солнцем (перемещение по небу), снегом, изменениями, произошедшими на участке в течение дня.

- самостоятельная деятельность по выбору детей.

- подвижные игры: «Быстро возьми – быстро положи», «Догони свою пару», «Волк во вру», «Ловишки с мячом», «Охотники и звери».

- эстафеты: «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий»;

- народные игры.