

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №7 "Ягодка"

**Перспективное планирование занятий по формированию основ здорового образа жизни у детей
подготовительной к школе группы**

Гришина Е.В., воспитатель

Джубга

2020

<i>№</i>	<i>Тема</i>	<i>Программное Содержание</i>	<i>Методические приёмы</i>	<i>Самостоятельная деятельность</i>	<i>Оборудование</i>
СЕНТЯБРЬ					
1.	"Здоровье - главная ценность человеческой жизни"	1. Дать детям элементарные представления о здоровье и ЗОЖ. 2. Развивать чувство гордости за своё крепкое здоровье. 3. Воспитывать заботливое отношение к заболевшему, желание "протянуть руку помощи, желание заботиться о своём здоровье.	1. Беседа о здоровье. 2. Чтение пословиц и поговорок о здоровье. 3. Оздоровительная минутка. 4. ИЗО "Страна здоровья"	Рассматривание иллюстраций. ИЗО - деятельность	Иллюстрации к беседе (дети занимающиеся разными видами спорта, больные дети). Материал для изо-деятельности : бумага, краски, карандаши, фломастеры, мелки, пластилин и т. д. (по выбору детей).
ОКТАБРЬ					
2.	"Как устроено наше тело"	1. Формировать представление детей о том, как устроен наш организм. 2. Развивать понимание разумного устройства организма. 3. Воспитывать желание относиться к себе (своему организму) внимательно, бережно, с пониманием. 4. Воспитывать чувство сочувствия к инвалидам.	1. Беседа: "Как устроено наше тело?". 2. Чтение стихотворения Розали Корман "Знай своё тело". 3. Рассматривание плакатов. 4. Оздоровительная минутка. 5. Дид. игра "Что было бы, если бы..." 6. ИЗО - "Человек"	Рассматривание таблиц и плакатов. ИЗО- деятельность.	Таблицы, плакаты. Материал для изо-деятельности (бумага, краски, карандаши, пластилин и т. д. по выбору детей)

НОЯБРЬ					
3.	"Здоровая пища"	1.Формировать представление о том, что здоровье зависит от правильного питания. 2.Развивать понятие того, что организму необходима разнообразная и полезная пища. 3. Воспитывать желание правильно питаться.	1. Беседа: "Здоровая пища для всей семьи". 2.Чтение стихотворения Л. Либерман "Это вредная еда". 3.Оздоровительная минутка - упражнение "Деревце". 4.Дид. игра "Что разрушает здоровье, что укрепляет". 5.ИЗО - "Прежде, чем за стол мне сесть -я подумаю - что съесть"	Дидактическая игра "Это вредная еда". "Что разрушает здоровье ,что укрепляет". ИЗО - деятельность	Карточки с изображением полезных и вредных продуктов. Материал для изо-деятельности(бумага, краски, карандаши, пластилин и т. д. по выбору детей)
ДЕКАБРЬ					
4.	"Режим дня - путь к здоровью"	1.Формировать представление о правильном режиме дня. 2.Развивать способность соблюдать режим дня. 3.Воспитывать чувство дисциплинированности, умение соблюдать режим.	1.Беседа: "Мой режим дня". 2.Чтение стихотворения "Зачем соблюдать режим ". 3.Оздоровительная минутка "Хождение по камушкам". 4.Дид.игра с мячом " Плохо-хорошо". 5.Рисование - "Я соблюдаю режим".	Рассматривание иллюстраций с режимными моментами. Рисование по теме. Дидактическая игра " Плохо - хорошо"	Иллюстрации с режимными моментами. Материал для рисования: бумага, краски, кисточки, карандаши цветные, восковые, фломастеры. Мяч.
ЯНВАРЬ					
5.	"Личная гигиена"	1.Закреплять у детей гигиенические знания и умения.	1.Урок здоровья "друзья Вода и Мыло". 2.Чтение пословиц и поговорок	Подготовка оборудования для проведение опыта.	Вода, мыло, стеклянные баночки.

		2.Развивать способность соблюдать правила личной и общественной гигиены в повседневной жизни. 3.воспитывать нетерпимое отношение к неряшливости, неаккуратности.	про гигиену. 3.Проведение опыта. 4.Дид.игра с мячом "хорошо-плохо". 5. Рисование" Неряха".	Дидактическая игра "Хорошо-плохо" Рисование по теме.	Мяч. Материал для рисования: бумага, краски, кисточки, карандаши цветные., восковые, фломастеры.
ФЕВРАЛЬ					
6.	"Закаливание"	1.Формировать элементарные представления о закаливании организма. 2.Развивать понятие о специальных мероприятиях как основе ЗОЖ. 3.Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, чувство уважения к человеку, стремящемуся к ЗОЖ.	1.Беседа" Если хочешь быть здоров". 2.Чтение стихотворений о закаливании. 3.Оздоровительная минутка "Хождение по камушкам". 4.Дид.игра "Выбери слова для характеристики здорового человека". 5.Рисуем для выставки"Мы со спортом дружим".	Рассматривание иллюстраций с изображением детей, занимающихся спортом, закаливающими процедурами. Дидактическая игра "Выбери слова для характеристики здорового человека". Рисование для выставки.	Иллюстрации с изображением детей, занимающихся спортом, закаливающими процедурами Материал для рисования: бумага, краски, кисточки, карандаши цветные, восковые, фломастеры.
МАРТ					
7.	"Здоровье и болезнь"	1.Формировать элементарные представления о профилактике заболеваний. 2.Развивать понятие того,	1.Познавательное занятие " Откуда берутся болезни". 2.Игра "Это правда или нет?" 3.Оздоровительная минутка. 4.Учимся делать самомассаж.	Рассматривание иллюстраций "Ребёнок болеет", "Ребёнок выздоровел".	Иллюстрации "Ребёнок болеет", "Ребёнок выздоровел".

		что нужно активно участвовать в профилактике заболеваний. 3. Воспитывать чувство потребности ведения здорового образа жизни с целью профилактики заболеваний.			
АПРЕЛЬ					
8.	"Вредные привычки"	1. Формировать элементарные представления о том, какие привычки считаются вредными. 2. Развивать понятие опасности вредных привычек для здорового организма. 3. Воспитывать у детей чувство потребности в ведении ЗОЖ. 4. Воспитывать желание помочь избавиться от вредных привычек.	1. Беседа по теме "Что такое хорошо и что такое плохо" 2. Игра "Да - нет". 3. Оздоровительная минутка. 4. Анализ проблемной ситуации. 5. Рисование "Вредные привычки".	Рассматривание иллюстраций по теме. Изо - деятельность	Иллюстрации (Мальчик занимается спортом, девочка кушает, мальчик курит, мальчик чистит зубы, девочка причёсывает волосы и др.) Материал для рисования: бумага, краски, кисточки, карандаши цветные, восковые, фломастеры.
МАЙ					
9.	"Первая помощь"	1. Воспитывать представления об основных видах травм и оказании первой помощи. 2. Развивать чувство осторожности в опасных	1. Беседа о видах травм и оказании помощи. 2. Рассматривание картинок с различными проблемными ситуациями. 3. Оздоровительная минутка.	Рассматривание картинок с проблемными ситуациями.	Картинки с проблемными ситуациями.

		ситуациях. 3. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, умение правильно оценивать сложившуюся ситуацию. 4. Воспитывать желание помочь человеку, попавшему в беду, отрицательное отношение к безразличию.	4. Дид. игра "Помоги сказочным героям". 5. ИЗО по теме.	Дидактическая игра "Помоги сказочным героям". ИЗО - деятельность	Материал для изо-деятельности(бумага, краски, карандаши, пластилин и т. д. по выбору детей)
10.	"Добро и зло"	1. Учить детей различать "Добро и Зло". 2. Развивать у детей чувство необходимости в совершении добрых поступков. 3. Воспитывать отзывчивость и нетерпимое отношение к плохим поступкам.	1. Чтение рассказа "Просто старушка". 2. Беседа по теме. 3. Чтение отрывков В. Маяковского "Что такое хорошо и что такое плохо". 4. Дид. игра "Плохо- хорошо". 5. Рисование на тему: "Добрый и злой человек- как я его себе представляю". 6. Выставка "Добрых рисунков".	Рассматривание иллюстраций к художественным произведениям по данной теме. Изо - деятельность.	Иллюстрации по теме. Карточки к дидактической игре "Плохо-хорошо". Материал для рисования: бумага, краски, кисточки, карандаши цветные, восковые, фломастеры.