

Перспективный план работы по здоровьесберегающим технологиям в младшей группе «Облачко»

Месяц	Специально-организованная образовательная деятельность	Совместная деятельность взрослого и ребенка	Работа с родителями
Сентябрь	<p><u>«Кто заботится о детях в детском саду».</u> <i>Цели:</i> уточнить знания о работе сотрудников детского сада, закрепить названия профессий: воспитатель, помощник воспитателя, медсестра, повар, инструктор по физкультуре; дать понятие о том, что все взрослые в детском саду заботятся, чтобы детям было весело и интересно, чтобы они были здоровыми.</p>	<p><u>Беседы:</u> «Как можно играть в игрушки», «Безопасность в группе». Рассмотреть с детьми различные ситуации, обсудить, какие места в группе и предметы могут стать опасными при условии нарушения дисциплины. Формировать у детей основы культуры безопасности.</p> <p><u>Экскурсия</u> в прачечную детского сада. Познакомить с работой мастера по стирке белья; уточнить знания о том, что в прачечной стирают, гладят полотенца и постельное белье; воспитывать уважение к труду взрослых, работающих в прачечной.</p> <p><u>Дидактическая игра</u> «Что где лежит». Закрепить знание о необходимости поддерживать порядок в группе; уточнить знания о расположении предметов в группе; закрепить представление о том, что содержание вещей в порядке помогает сохранить здоровье.</p> <p><u>Дидактическая игра</u> «У нас порядок». Формировать знания о том, что для удобства и безопасности все предметы нужно убирать на место; закреплять представление о правилах безопасного поведения быту; воспитывать желание соблюдать чистоту и порядок в доме.</p> <p><u>Дидактическая игра</u> «Кто помогает соблюдать чистоту и</p>	<p><u>Семинар</u> на тему «Что можно использовать в межсезонье, чтобы не болеть».</p>

		<p>порядок». Закрепить знания о труде дворника, помощника воспитателя, мастера по стирке белья, парикмахера и предметах для их труда; закреплять знания о правилах гигиены.</p> <p><u>Дидактическая игра</u> «Угостим куклу чаем» Закрепить названия чайной посуды, порядок сервировки стола для чаепития; дать представление о правилах безопасного поведения за столом.</p> <p><u>Дидактическая игра</u> «Уложим куклу спать». Закрепить названия постельного белья и принадлежностей; уточнить последовательность раздевания и развешивания одежды; закрепить представление о том, что сон полезен для здоровья.</p>	
<p>Октябрь</p>	<p><u>«Кукла Таня простудилась».</u> <i>Цели:</i> формировать навык пользования носовым платком. Приучать детей при чихании и кашле рот прикрывать носовым платком. Если кто-нибудь находится рядом, отвернуться. Закреплять знание о том, что при кашле и чихании необходимо прикрывать рот; упражнять в пользовании носовым платком.</p>	<p><u>Беседа</u> «Твой носовой платок». Продолжать учить детей основным приемам ухода за больным человеком; формировать чуткое и внимательное отношение к заболевшему; научить правильно пользоваться носовым платком, знать его назначение.</p> <p><u>Беседа</u> «Наше здоровье осенью». Формировать у детей осознанное отношение к здоровью, стремление бережно относиться к нему в холодный период года, учить заботиться о нем. Познакомить детей с базовыми правилами здоровьесбережения.</p> <p><u>Дидактическая игра</u> «Уложим куклу спать». <i>Цели:</i> закрепить названия постельного белья и принадлежностей; уточнить последовательность раздевания и развешивания одежды; закрепить представление о том, что сон полезен для здоровья.</p>	<p><u>Папка-передвижка</u> «Система оздоровления малышей».</p>

		<p><u>Дидактическая игра</u> «Покажем мишке, как надо одеваться, чтобы не простудиться».</p> <p><i>Цели:</i> закрепить названия зимней одежды и порядок одевания; формировать представление о необходимости заботиться о своем здоровье.</p> <p><u>Игры – этюды</u> на произведения:</p> <p>потешка «Уж я косу заплету»;</p> <p>потешка «Где мой пальчик?»;</p> <p>«Мне уже четыре года» (фольклор);</p> <p>потешка «Завяжу потуже шарф»;</p> <p>В.Бардадым «Вот как Галю одевали»;</p> <p>Г. Лагздынь «Одевали малыша»;</p> <p>С.Капутикян «Пожалейте нас!»;</p> <p>Э.Успенский «Мальчик стричься не желает»;</p> <p>Э.Мошковская «Митя и рубашка»;</p> <p>Е.Благина «Как у нашей Ирки».</p>	
<p>Ноябрь</p>	<p><u>Тема «Умывание каждый день».</u></p> <p>Закреплять навыки детей в умывании, в знании предметов туалета и их назначении. Развивать наблюдательность, любознательность, познавать свойства воды. Воспитывать у детей культурно-гигиенические навыки,</p>	<p><u>Дидактическая игра</u> «Купание куклы». Закрепить знание туалетных принадлежностей и порядка мытья; уточнить знания о необходимости поддерживать чистоту тела; способствовать формированию привычки к опрятности.</p> <p><u>Дидактическая игра</u> «Что хорошо, что плохо». Закреплять культурно- гигиенические навыки, навыки культуры поведения за столом.</p> <p><u>Дидактическая игра</u> «Чистота и здоровье». Закреплять представления о необходимости соблюдать правила гигиены.</p> <p><u>Игра-тренинг</u> «На день рождения к кукле Кате».</p> <p><u>Дидактическая игра</u> «Сделаем куклам разные прически».</p>	<p><u>Семинар</u> на тему «Здоровье ребенка в ваших руках».</p>

	<p>желание всегда быть красивым, чистым, аккуратным, уважительно относиться к своему телу.</p>	<p>Закреплять навыки ухода за волосами; уточнить названия необходимых для этого предметов; формировать понятие «опрятный внешний вид».</p> <p><u>Дидактическая игра</u> «Правила гигиены». Закреплять культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, чистка зубов, причесывание, купание), учить показывать эти движения при помощи мимики и жеста и отгадывать по показу.</p> <p><u>Практическое упражнение</u> «Послушные ладошки». Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, осознанное отношение к своему здоровью, внешнему виду. Формировать привычку мыть руки после туалета, акцентировать внимание на такой характеристике действий как аккуратность.</p> <p><u>Беседа</u> «Чистота и здоровье». Развивать у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур.</p> <p><u>Дидактическая игра</u> «Мы моем свои расчески».</p> <p>Рассматривание детских фотографий.</p> <p><u>Чтение стихотворения</u> А.Барто «Девочка чумазая», потешки «Водичка, водичка, умой мое личико».</p>	
<p>Декабрь</p>	<p><u>«Как устроено тело».</u> Ознакомить детей с тем, как устроено тело человека. Учить детей понимать значение отдельных частей своего тела: руки, ноги, голова, туловище. Объяснить детям, что с</p>	<p><u>Дидактическая игра</u> «Как мы узнаем предмет». Закреплять знание о роли органов чувств.</p> <p><u>Дидактическая игра</u> «Кто что умеет делать», «Что делает девочка», «Зеркало». Закрепить знания о частях тела и их роли для человека; формировать внимание, умение быстро и правильно отвечать на вопросы.</p> <p><u>Дидактическая игра</u> «Запомни движение». Совершенствовать представление о роли разных частей тела и необходимости</p>	<p><u>Выставка</u> нетрадиционного оборудования.</p>

детства нужно заботиться о своем здоровье, знать свое тело, научить заботиться о нем.

упражнять их.

Дидактическая игра «Сделаем куклам красивые прически».

Закреплять навыки ухода за волосами; уточнить названия необходимых для этого предметов; формировать понятие «опрятный внешний вид».

Дидактические игры «Собери Машеньку», «Что есть у куклы?». Учить называть часть тела; формировать представление о том, для чего служит каждая часть тела.

Дидактическая игра «Умею – не умею». Акцентировать внимание на своих умениях и физических возможностях своего организма.

Дидактическая игра «Ребенок – кукла». Учить находить общие и отличительные признаки у ребенка и у куклы.

Дидактическая игра «Посылка от обезьянки». Продолжать формировать представление о своем организме; закрепить знания о том, что предметы можно узнать по внешнему виду. Запаху, вкусу, на ощупь; упражнять в определении фруктов по вкусу и запаху.

Сюжетно-ролевая игра

«Салон красоты». Способствовать совершенствованию умения детей объединяться в игре, распределять роли, выполнять игровые роли. Закреплять навыки ухода за волосами.

Упражнение «Покажи свой нос, глаза т.д.»

Научить называть органы чувств в игровой и стихотворной форме; использование потешек:

«Ножки, ножки», «Большие ноги шли по дороге».

<p>Январь</p>	<p><u>«Если ты заболел».</u> Учить детей проявлять заботливое отношение к своему другу Карлсону. Дать детям представление о диагностике, умении определить больные места, сознательно прислушиваться к своему организму, оказывать элементарную первую медицинскую помощь. Проявлять инициативу каждому ребенку.</p>	<p><u>Экскурсия</u> в медицинский кабинет. Ситуация «Кукла Таня простудилась». <u>Сюжетно-ролевые игры</u> «Как мы лечим куклу Таню», «Больница». <u>Дидактическая игра</u> «Оденем куклу на прогулку». <i>Цели:</i> закрепить названия зимней одежды; уточнить порядок одевания. <u>Рассматривание</u> картинки «Катаемся на санках». <i>Цели:</i> учить видеть и называть предметы и действия на картинке, находить причинно-следственные связи; подводить к пониманию пользы для здоровья прогулок и физических упражнений. <u>Дидактическая игра</u> «Если кто-то заболел». <i>Цели:</i> закреплять знания о профессиях врача и медсестры; закрепить знание о том, что при серьезной травме необходимо вызвать врача скорой помощи, позвонив по номеру «03»; упражнять в вызове врача и умении формулировать вызов.</p>	<p><u>Семинар</u> на тему «Какими растениями пользовались в старину при лечении ангины, насморка, кашля, простудных заболеваний».</p>
<p>Февраль</p>	<p><u>Экскурсия в кабинет врача.</u> Познакомить детей с профессиями врача и медицинской сестры. Воспитывать уважительное отношение к сотрудникам детского сада. Развивать у детей наблюдательность. Учить детей полно отвечать на вопросы, находить как можно больше слов.</p>	<p><u>Игровая ситуация</u> «Айболит в гостях у детей». <u>Беседа</u> «Мы были у врача». <u>Дидактическая игра</u> «Расскажем мишке и кукле, как нам измеряли рост». Закрепить знания о частях тела человека; формировать адекватное отношение к посещению медицинского кабинета; закреплять навыки рассказывания. <u>Дидактическая игра</u> «Кому что нужно». Закрепить знания детей о предметах, необходимых для работы врачу, повару, продавцу. <u>Просмотр мультфильма</u> «Быть здоровым здорово», серия «Смешарики». Формировать представления о составляющих</p>	<p><u>Консультация</u> на тему «Организация сна».</p>

		<p>здорового образа жизни, о значении физических упражнений, важности для здоровья сна.</p> <p><u>Инсценировка пьесы С.Преображенского «Мишка болен».</u></p> <p><u>Сюжетно-ролевые игры:</u> «Аптека», «Больница».</p>	
Март	<p><u>«Таблетки растут на ветке».</u> Познакомить детей с понятием витамины. Закрепить знания об овощах и фруктах, об их значении в питании. Воспитывать у детей культуру еды, чувство меры. Развивать логическое мышление, внимание.</p>	<p><u>Беседы</u> на тему «Что растет на грядке», «Во саду ли, в огороде». Уточнить знания детей о полезных продуктах, их значении для здоровья и хорошего настроения.</p> <p><u>Дидактические игры</u> «Узнай и назови овощи». Закрепить знание названий овощей, учить узнавать их по описанию воспитателя; продолжать формировать представление о пользе овощей для здоровья.</p> <p><u>Дидактические игры</u> «Угадай на вкус». Закреплять знания об овощах и фруктах, умение определять их по вкусу; закрепить представление о пользе фруктов для здоровья.</p> <p><u>Дидактические игры</u> «Разложи на тарелках полезные продукты». Закрепить обобщающие понятия «овощи», фрукты, упражнять в умении их дифференцировать.</p> <p><u>Подвижная игра</u> «Огуречик». Учить согласовывать движения рук и ног при ходьбе и беге, действовать в соответствии с текстом. Развивать быстроту реакции, совершенствовать функциональные возможности организма.</p> <p><u>Составление рассказов</u> об овощах и фруктах Учить описывать предмет; упражнять в классификации понятий «фрукты — овощи»; закреплять знания об овощах и фруктах и их пользе для здоровья.</p>	<p><u>Консультация</u> на тему «Выходной вместе с ребенком всей семьей».</p>

<p>Апрель</p>	<p><u>«Как мы лечим жирафика».</u> Воспитывать у детей бережное отношение к игрушкам, желание оказать больной игрушке посильную помощь. Развивать эмоциональную отзывчивость, испытывать разную гамму чувств от сочувствия другому до восторга своей причастности к доброму делу.</p>	<p><u>Игра-путешествие</u> «Путешествие в страну Игрушки». <u>Игры-этюды</u> на произведения: «Я сама», М. Александрова «Что взяла – клади на место!»; А. Барто «Лошадка»; Е. Благина «Приходите – поглядите»; Н. Глазкова «Мальчик Петя». <u>Чтение</u> сказки К. Чуковского «Айболит». <u>Ситуация</u> «Уронили Мишку на пол, оторвали Мишке лапу».</p>	<p><u>Консультация</u> на тему «Малыш и его игрушки».</p>
<p>Май</p>	<p><u>«Здоровая пища».</u> Помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания, еда должна быть не только вкусной, но и полезной.</p>	<p><u>Беседа</u> «Чтобы быть здоровым, надо хорошо кушать». Уточнить знания детей о полезных продуктах, их значении для здоровья и хорошего настроения. <u>Беседа</u> «Здоровые зубы». Учить детей осознанно относиться к своему здоровью, понимать необходимость заботы о зубах, помочь понять и запомнить важнейшие правила, соблюдение которых помогает сохранить здоровье зубов (не есть много сладкого; есть много овощей и фруктов; чистить зубы два раза в день). <u>Дидактическая игра</u> «Разложи на тарелках полезные продукты». Закрепить обобщающие понятия «овощи», фрукты, упражнять в умении их дифференцировать. <u>Творческая работа</u> «Красиво, вкусно, полезно». Предложить детям при помощи специальных формочек нарезать фрукты, красиво разместить их на десертных тарелках. Рассказать о пользе фруктов, формировать элементарные представления о</p>	<p><u>«Круглый стол».</u> «Как провести лето с ребенком»</p>

		<p>здоровом питании.</p> <p><u>Подвижная игра «Огуречик».</u></p> <p><u>Игры-этюды на произведения:</u></p> <p>Г. Лазгдынь «Куклу кормили?»;</p> <p>О. Дриз «Ну и каша!»;</p> <p>Э. Мошковская «Маша и каша»;</p> <p>С. Капутикян «Кто скорее допьет?»</p>	
--	--	--	--