

муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад комбинированной направленности № 8» города Сосновоборска
по адресу ул. Ленинского комсомола, 39

Перспективный план
«Формирование здорового образа жизни у
дошкольников».
(2-ая младшая группа)

Воспитатель: Задровская Татьяна Романовна

Тема: Формирование у дошкольников потребности в здоровом образе жизни.

Цель: формирование у детей и родителей потребности в здоровом образе жизни, ответственности за свое здоровье, негативного отношения к вредным привычкам.

Задачи:

1. Обеспечивать детей необходимой информацией, позволяющей сохранять и укреплять здоровье.
2. Формировать представление о том, что любые знания человек может приобрести самостоятельно путем наблюдения реальных объектов, явлений и событий.
3. Учить находить разные способы решения одной задачи, путем исследовательских действий и экспериментирования.

Принцы моей работы:

- ✓ **Принцип доступности** (обучение и воспитание ребенка осуществляется в доступной, привлекательной и соответствующей его возрасту форме: игры, продуктивной деятельности)
- ✓ **Принцип гуманистичности** (предполагает индивидуально – ориентированный подход и всестороннее развитие ребенка)
- ✓ **Принцип деятельности** (формирование у дошкольников потребности в здоровом образе жизни осуществляется через различные виды детской деятельности)
- ✓ **Принцип интеграции** (необходимость взаимодействия всех субъектов педагогического процесса в данном направлении)
- ✓ **Принцип системности** (решение задач в системе всего учебно - воспитательного процесса и всех видах деятельности в рамках ДОО и семьи)

Перспективное планирование в младшей группе по формированию здорового образа жизни.

Месяц	Тема	Цель	Дидактическая, оздоровительные игры, дополнительная литература
Сентябрь	«Изучаем свое тело»	Учить называть органы чувств; рассказывать об их роли в организме и о том, как их беречь; Учить различать запахи и вкусы; Закрепить цвета (синий, красный, желтый, зелёный). Закрепить понятие «много», «один»; Развивать речь, память, внимание; Воспитывать доброжелательное и чуткое отношение друг к другу, учить культуре поведения.	Картотека «Пальчиковая гимнастика» Картотека «Дыхательная гимнастика» Массаж лица «Воробей» Гимнастика для глаз Д/и «Покажи, что назову». Профилактическая гимнастика (Картушина М.Ю. стр.60 (З.о.з.)).
Октябрь.	«Да здравствует мыло душистое»	Познакомить детей со свойствами мыла и его разновидностями; Закрепить и уточнить знания детей о том, для чего люди используют мыло в повседневной жизни; Подвести детей к понятию, что «Чистота – залог здоровья»; Воспитывать культурно-гигиенические навыки.	Д/и «Назови правильно», повторение потешек соответствующего содержания, пальчиковая гимнастика). К. Чуковский «Мододыр» Игра «У кого пена выше и пышнее?» Картотека «Пальчиковая гимнастика» Картотека «Дыхательная гимнастика» Опыт: Игры детей с мыльными пузырями.

Ноябрь.	«Глаза – главные помощники человека»	Формировать представление о необходимости бережного отношения к своим глазам (нужно правильно умываться, вытираться только чистым полотенцем; нельзя тереть их грязными руками, бросать песок в глаза и т. Д.)	Д/и «Кто у нас красивый», «Что нужно для умывания. Гимнастика для глаз «Лиса» (Карт стр39) Игра «Какой» (узнают предмет с закрытыми и закрытыми глазами). Оздоровительный самомассаж. «Лиса и Сова» (А Мойорова «Музыка и движения вып 2 с 94) Картотека «Пальчиковая гимнастика» Картотека «Дыхательная гимнастика»
Декабрь.	«Ушки на макушки»	Формировать представление об органе слуха – ушах; значении органа слуха для человека. Формировать представление о необходимости ухода за ушами, а также бережном отношении к состоянию здоровья ушей.	Д/и «Угадай, кто позвал». Игра «Назови, не ошибись» Загадывание загадок по теме. Картотека «Пальчиковая гимнастика» Картотека «Дыхательная гимнастика»
Январь	«Моя кожа»	Рассматривание кожи на руках через лупу. Рассказ воспитателя о значении кожи для человека. Закрепить культурно-гигиенические навыки мытьё рук. Воспитывать любознательность к своему организму.	Д/и «Что вредно, что полезно». Точечный массаж. Игра «Что в коробке» Картотека «Пальчиковая гимнастика» Картотека «Дыхательная гимнастика» «Скачет зайчик

Февраль.	«Познай свое тело. Кожа»	Формировать представление детей об уходе за кожей, рассказать о закаливании. Воспитывать потребность к здоровому образу жизни.	Д/и «Что попало тебе в рот», «Угадай на вкус». Логоритмическая гимнастика Игровые упр.: «Поймай мыло», «Умывалочка!» Картотека «Пальчиковая гимнастика» Картотека «Дыхательная гимнастика»
Март.	«Чистые руки»	Обучить детей способами профилактики инфекционных заболеваний.	Картотека «Пальчиковая гимнастика» Картотека «Дыхательная гимнастика» Массаж тела «Лягушата» (М.Ю. Картушина)
Апрель	«Правила здоровья 1, 2»	повторить произведение К. Чуковского «Мойдодыр»; подвести детей к пониманию, что чистота — залог здоровья; побуждать к самостоятельному выполнению элементарных гигиенических навыков: мыть руки, лицо, тело	Физминутка «Умываемся» Самомассаж. Сказка «Сахарные ногти» Картотека «Пальчиковая гимнастика» Картотека «Дыхательная гимнастика»
Май	«У зайки заболело горлышко»	Закрепить с детьми знания по уходу за больным, методы лечения горла, сохранения своего здоровья;	Д/и «У зайки заболело горлышко» Картотека «Пальчиковая гимнастика» Картотека «Дыхательная гимнастика» Профилактическая гимнастика (Картушина М.Ю. стр.60 (З.о.з.)).