

Перспективный план работы по формированию основ ЗОЖ

в подготовительной группе

Месяц \ Тема	Формы работы с детьми	Содержание	Взаимодействие с родителями
Сентябрь «Моё здоровье»	1. Беседа «Что такое здоровье»	Программное содержание: формировать первичные представления детей о здоровье, своем организме. Воспитывать желание заботиться и беречь своё здоровье.	Родительское собрание на тему «Малыши – крепыши». Анкетирование родителей на тему «Как берегут здоровье в вашей семье». Цель: получение и анализ информации об отношении родителей к вопросам здоровья образа жизни детей. Планирование работы, исходя из полученной информации по данной теме на новый учебный год.
	2. Дидактическая игра «Что такое хорошо и что такое плохо».	Программное содержание: познакомить детей с правилами личной гигиены и правильным, бережным отношением к своему здоровью; развивать у детей речь, внимание, память.	
	3. С/ролевая игра «Вызов врача на дом».	Программное содержание: продолжать знакомить детей с профессией врача и манипуляциями, производимые медицинскими работниками. Учить объединяться для игры в небольшие группы (2-3 человека). Развивать умение взаимодействовать и ладить друг с другом в совместной игре.	
	4. Чтение худ. литературы: К.И. Чуковского «Айболит».	Программное содержание: формирование первичных представлений о профессии врача.	
Октябрь «Витамины с нами»	1. Игра-занятие - «Овощи - полезная еда»	Программное содержание: формировать представления у детей о полезных продуктах, рассказать о пользе овощей для здоровья человека, о пользе витаминов. Вызвать у детей желание употреблять в пищу как можно больше	Традиционный конкурс совместных семейных работ «Осенний вернисаж»

<p>грядки»</p>	<p>2. Дидактическая игра «Угадай на вкус».</p> <p>3. С/ролевая игра «Овощной отдел супермаркета».</p> <p>4. «Овощи, фрукты»</p>	<p>овощей.</p> <p>Программное содержание: уточнить названия фруктов, овощей, формировать умения определять их на вкус, называть и описывать.</p> <p>Программное содержание: продолжать знакомить детей с профессией продавца, кассира супермаркета и производимыми ими действиями, при осуществлении продажи. Развивать умение взаимодействовать и ладить друг с другом в совместной игре. Закрепление название овощей и фруктов, воспитывать культуру поведения в общественных местах</p> <p>Программное содержание: закреплять знания и представления детей об овощах и фруктах, о их пользе; учить рисовать округлые, овальные предметы; закрашивать, не выходя за контур..</p>	
<p>Ноябрь</p> <p>«Моя гигиена»</p>	<p>1. Чтение А. Барто «Девочка чумазая»</p> <p>2. Беседа «Зачем нам нужен носовой платок»</p> <p>3. С/ролевая игра «Красивая стрижка»</p>	<p>Программное содержание: воспитывать культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть чистым, красивым, аккуратным.</p> <p>Программное содержание: Формирование навыков пользования носовым платком. Приучать детей при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот носовым платком.</p> <p>Цель: продолжать формировать представления о труде парикмахера, воспитывать культуру поведения в общественных местах. Развивать умение</p>	<p>Экскурсия в кабинет врача «Врачи наши помощники».</p> <p>Цель: расширять представления детей о труде врача и медицинской сестры.</p>

		взаимодействовать и ладить друг с другом в совместной игре, распределять роли.	
<p>Декабрь</p> <p>«Одежда и моё здоровье»</p>	<p>1. Игра-занятие «Почему заболели ребята?».</p> <p>2. Дидактическая игра «Я собираюсь на прогулку».</p> <p>3. С/ролевая игра «Оденем куклу Варю на прогулку».</p> <p>4. Чтение стихотворений М. Фисенко «Растеряша», «Пятнышки на твоей рубашке».</p>	<p>Программное содержание: ознакомить детей с признаками заболеваний, правилами поведения в случае болезни; формировать умения и навыки по выполнению гигиенических требований к одежде; развивать речь, мышление.</p> <p>Программное содержание: Учить одеваться в соответствии с временами года и погоды; воспитывать опрятность, желание следить за своим внешним видом.</p> <p>Программное содержание: закрепить знания предметов одежды; формировать умение детей одевать куклу соответственно сезону года, погоде, систематизировать представления детей о здоровье, формирование навыков самообслуживания; развивать умение взаимодействовать друг с другом в совместной игре.</p> <p>Программное содержание: закрепить знания детей о видах и назначении одежды.</p>	<p>Круглый стол с родителями «Здоровы образ жизни в семье».</p> <p>Цель: обмен опытом родителей по сохранению и укреплению здоровья дошкольников в семье.</p>
<p>Январь</p> <p>«Моё</p>	<p>Игра-занятие «Вот я какой».</p>	<p>Программное содержание: познакомить детей с строением тела человека, с возможностями его организма: - я умею бегать, прыгать, петать, смотреть, слушать,</p>	<p>Выпуск памятки для родителей «Здоровый образ жизни».</p>

тело»	<p>2. Дидактическая игра «Городок здоровья».</p> <p>3. С/ролевая игра «В травматологическом пункте».</p> <p>4. Рассматривание энциклопедии «Я и мое тело».</p>	<p>кушать, терпеть жару и холод, переносить боль, дышать, думать, помогать другим людям;</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать чувство гордости, что «Я – человек»; - вызывать интерес к дальнейшему познанию себя. <p>Программное содержание: Уточнить и расширить знания детей об основных ценностях здорового образа жизни; способствовать осознанному приобщению к ним.</p> <p>Программное содержание: закрепить знания детей о строении тела, развивать умение взаимодействовать друг с другом в совместной игре.</p> <p>Программное содержание: расширять представления детей о своем теле (организме).</p>	
<p>Февраль</p> <p>«Витаминны для здоровья»</p>	<p>1. Игра-занятие «Знакомьтесь, витаминны»</p> <p>2. Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты».</p> <p>3. С/ролевая игра «Таня»</p>	<p>Программное содержание: формировать представления о значении витаминов для здоровья человека. Познакомить с поговоркой. Ввести в активный словарь детей слова: витаминны, здоровье. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p>Программное содержание: систематизировать представления детей о вредных и полезных продуктах, упражнять в умении их дифференцировать, формировать потребность заботиться о своём здоровье.</p> <p>Программное содержание: закреплять знание о носовом платке и правилах пользования; пользе витаминнов;</p>	<p>Выпуск газеты «Будьте здоровы».</p> <p>Цель: познакомить родителей с здоровые сберегающими технологиями, используемых в дошкольном учреждении.</p>

	простудилась».	умение взаимодействовать друг с другом в совместной игре.	
Март «В здоровом теле - здоровый дух!»	<p>1. Игра-занятие «Я здоровые берегу».</p> <p>2. Дидактическая игра «Если хочешь быть здоров».</p> <p>3. С/ролевая игра «У зубного кабинета».</p> <p>4. Просмотр мультфильма «Птичка Тари» (Союзмультфильм, 1976 г.).</p>	<p>Программное содержание: Учить детей самостоятельно следить за своим здоровьем, обучить несложным приемам самомассажа. Развивать разговорную речь детей. Прививать и воспитывать любовь к физическим упражнениям.</p> <p>Программное содержание: формировать у детей потребности быть здоровыми. Воспитывать культурно-гигиенические навыки.</p> <p>Программное содержание: формировать представления о труде зубного врача, манипуляциях, производимых врачом при осмотре пациента; закрепить знания предметов личной гигиены (зубная щетка, тюбик, зубной порошок) и их назначении, правильному использованию; развивать умение взаимодействовать друг с другом в совместной игре.</p> <p>Программное содержание: формировать представление у детей о необходимости профилактического ухода за зубами.</p>	<p>Оформление информационных карточек для родителей «Уроки Чистюли».</p> <p>Цель: ознакомить родителей с алгоритмом чистки зубов детей дошкольного возраста.</p>
Апрель «Здоровье зубов»	<p>1. Игра-занятие «Чтобы зубки не болели».</p>	<p>Программное содержание: формировать первичные представления детей о строении зубов; обучить несложным приемам ухода за зубами; воспитывать желание ухаживать за зубами.</p>	<p>Оформление информационных карточек для родителей «Уроки Чистюли».</p> <p>Цель: ознакомить родителей с</p>

	<p>2. Дидактическая игра «Правила чистюли».</p> <p>3. С/ролевая игра «У зубного кабинета».</p> <p>4. Просмотр мультфильма «Птичка Тари» (Союзмультфильм, 1976 г.).</p>	<p>Программное содержание: закрепление полученных знаний о здоровье зубов; учить различать на карточках здоровые и больные зубы.</p> <p>Программное содержание: формировать представления о труде зубного врача, манипуляциях, производимых врачом при осмотре пациента; закрепить знания предметов личной гигиены (зубная щетка, тюбик, зубной порошок) и их назначений, правильному использованию; развивать умение взаимодействовать друг с другом в совместной игре.</p> <p>Программное содержание: формировать представление у детей о необходимости профилактического ухода за зубами.</p>	<p>алгоритмом чистки зубов детей дошкольного возраста.</p>
<p>Май</p> <p>«Моя безопасно- сть»</p>	<p>1. Игра-занятие «Шагая осторожно»</p> <p>2. Дидактическая игра «Опасные предметы».</p> <p>3. Игра-ситуация «На игровой площадке».</p>	<p>Программное содержание: Учить детей правилам передвижения по улицам; рассказать об опасностях, которые могут подстерегать нас на улице.</p> <p>Программное содержание: Познакомить детей с предметами, которые могут быть опасны для здоровья человека</p> <p>Программное содержание: Формировать представления детей об источниках потенциальной опасности на игровой площадке, о правилах безопасного поведения на</p>	<p>Целевая прогулка к светофору совместно с родителями</p> <p>«Безопасная улица».</p> <p>Цель: закрепить знания детей о правилах безопасного поведения на улицах города.</p>

	4. Занятие на тему: «Безопасная улица»	прогулке. Программное содержание: сформировать знания о правилах поведения на улице, в детском саду, дома.	
--	--	--	--