

**Перспективный план по ЗОЖ, ОБЖ, ПДД
в средней группе
2020 – 2021 учебный год**

Месяц	Формы работы	
Сентябрь	<p>Беседа «Мойте руки перед едой». Обсудить с детьми, почему перед едой необходимо мыть руки, какие опасности подстерегают человека, который не моет руки перед едой. Придумать вместе с детьми различные способы формирования данной полезной привычки.</p> <p>Беседа «Витамины и полезные фрукты». Познакомить с понятием «витамины» и продуктами, в которых они встречаются. Рассказать о значении витаминов для здорового развития организма. Обобщить и закрепить понятия «ягоды», «овощи», «фрукты».</p> <p>Беседа «Веселая прогулка». Познакомить детей с правилами игры во дворе, необходимыми мерам предосторожности, рассмотреть различные ситуации, которые могут привести к возникновению проблем.</p> <p>Беседа «Каждому предмету - свое место». Обсудить с детьми, почему очень важно, чтобы используемые человеком предметы быта, инструменты хранились в специально отведенных местах. Рассмотреть проблемные ситуации, которые могут возникнуть при нарушении этого правила.</p> <p>ООД « Зеленый огонек » - расширять представления детей о правилах поведения на проезжей части улицы; закрепить умение применять полученные знания в играх и инсценировках; воспитывать стереотипы правильного поведения на улице, дороге.</p> <p>Рассматривание с детьми макета дороги и перекрестка. Активизировать в речи детей понятий, связанные с названиями частей улицы (дорога, тротуар, здания и др.), предложить детям рассказать о работе и назначении светофора, о правилах перехода через дорогу с опорой на вопросы воспитателя.</p> <p>Беседа «В гостях у Барбоса». Предложить детям рассмотреть сигнальные рисунки на тему: «Дети и животные», обсудить, каких ситуаций лучше избегать и почему. Учить устанавливать простейшие причинно-следственные связи.</p>	<p>8 правил как вымыть руки. К.Чуковский «Федорино горе» Загадки о предметах личной гигиены</p> <p>Д/игра «Урожай», «Сбор урожая», «Что где растет». Познавательный рассказ «Урожай». Д/игра «Угадай на вкус» Развлечение «Осенний калейдоскоп»</p> <p>Д/игра «На прогулке», «О чем говорит светофор», «Разрешается - запрещается»</p> <p>Д/игра «Убери на место». «Островок безопасности» «Так - не так»</p> <p>«Собери знак» Моделирование ситуации «Играем на дороге» Экскурсия «Перекресток»</p> <p>Рассматривание тематического альбома «Транспорт», иллюстраций о транспорте Подвижные игры «Трамвай», «Воробушки и Автомобиль»</p> <p>Загадки и стихи по теме</p>
Октябрь	<p>Беседа «Здоровые зубы». Учить детей осознанно относиться к своему здоровью, понимать необходимость заботы о зубах, помочь детям понять и запомнить простейшие правила, соблюдение которых помогает сохранить здоровье зубов (не есть много сладкого; есть много овощей и фруктов; чистить зубы два раза в день: утром и вечером).</p> <p>Экскурсия в медицинский кабинет. Познакомить детей с работой медицинской сестры, с названиями медицинских инструментов. Формировать первичные представления о труде взрослых. Провести беседу на тему здоровья.</p>	<p>Чтение: К. Чуковский «Мойдодыр», А. Пономаренко «Твои друзья», «Мочалка», «Зубная щетка», «Про маленького цыпленка» М.Фисенко</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Больница»</p>

	<p>Рассматривание картинок «Съедобные и несъедобные грибы». Познакомить детей с грибами, которые несут вред для здоровья человека. Рассказать о последствиях употребления таких грибов в пищу.</p> <p>Беседа «Опасности, которые подстерегают нас в группе». Рассказать детям, какие места в группе и предметы могут стать опасными при условии нарушения дисциплины, предостеречь их.</p> <p>Чтение «Спичка — невеличка» Е. Хоринская «Путаница» К. Чуковского Загадывание загадок с показом картинки.</p> <p>Практическое упражнение «Правила дорожного движения». Повторить с детьми правила перехода улицы, учить детей останавливаться на краю тротуара, переходить улицу по пешеходному переходу, различать и пояснять значение сигналов светофора.</p> <p>Беседа «Непослушный щенок». Помочь детям запомнить свой адрес, объяснить, зачем это нужно и что нужно делать, если ты потерялся</p>	<p>Д/игра «По грибы», «Источники опасности», Д/и «Разложи правильно» (с карточками), «Доскажи словечко»</p> <p>Путешествие по групповой комнате. Игровые упражнения «Пройдем по мостику», «Догони обруч», «Зайчишки-шалунишки», «Лови мяч», «Вот и мячик прикатился», «Мы - медведи»</p> <p>Подвижные игры «Трамвай», Воробушки и автомобиль» «Цветные автомобили»</p> <p>«Каждый маленький ребенок должен знать это с пелёнок» Игра «Я потерялся»</p>
<p>Ноябрь</p>	<p>Беседа «Какая одежда нам нужна сегодня?». Активизировать в речи детей слова, обозначающие предметы и детали одежды, обсудить их назначение, зависимость одежды от состояния погоды.</p> <p>Беседа: «Я и мое здоровье». Рассказать детям о том, что здоровье является одной из главных ценностей жизни. Формировать элементарные представления о том, как нужно заботиться о своем здоровье.</p> <p>Беседа «Осторожно! Незнакомец». Обсудить с детьми, как нужно действовать при встрече с незнакомыми людьми в различных ситуациях, подвести детей к пониманию того, что правила поведения с незнакомыми людьми нужно соблюдать всегда.</p> <p>ООД« Если дома я один» - учить как вести себя, если дома остался. уточнять знания об окружающих людях (родные и близкие, знакомые и незнакомые). Объяснить разницу во взаимоотношениях с ними.</p> <p>Беседа «Не играй с огнем». Объяснить детям опасность игры с огнем, рассказать о правилах поведения в случаях возникновения пожара.</p> <p>Беседа «Где надо переходить улицу?». Организовать повторение детьми правил перехода улицы с опорой на сигнальные рисунки-подсказки, предложить ребятам составить предложения по данной теме, используя слова «светофор», «зебра», «островок безопасности».</p> <p>Беседа «Рассказ Самоделкина». Предложить детям запомнить, чем могут быть опасны различные предметы, подвести их к выводу о последствиях неосторожного обращения с такими предметами.</p>	<p>Д/и «Помоги Катя выбрать одежду» (детям предлагаются разные ситуации)</p> <p>Загадка Я.Аким «Полотенце». К.Чуковский «Мойдодыр»</p> <p>Незнакомый человек приглашает покататься (угощает конфетой, яблоком и т.д.) - обучение приёмам самообороны: закричать, убежать и тд.,</p> <p>Подвижные игры «Догони мяч», «У медведя во бору», «Зайка серый», «Бегите ко мне», «Мыши в кладовой»</p> <p>Чтение «Домик у перехода» А. Усачев, «Переход» Р. Бабляян, «Самый лучший переход» Я. Пишумов, «Светофор» Кожевников. Подвижные игры «Трамвай», «Воробушки и Автомобиль»</p>

Декабрь	<p>ООД «Путешествие в страну Безопасности» - формировать представление о предметах, которыми пользоваться детям категорически запрещено, учить поведению в экстремальных ситуациях: привлечь внимание взрослых, позвать на помощь.</p> <p>Беседа «Как устроено тело человека». Ознакомить детей с тем, как устроено тело человека. Учить детей понимать значение отдельных частей своего тела: руки, ноги, голова, туловище. Объяснить детям, что с детства нужно заботиться о своем здоровье знать, свое тело, научить заботиться о нем.</p> <p>Беседа «Если ты заболел». Объяснить детям, как важно следить за своим состоянием здоровья. Добиваться, чтобы дети в случае необходимости обращались к взрослым за помощью.</p> <p>Формирование культурно-гигиенических навыков. Беседа об опрятности. Обсудить с детьми, почему необходимо содержать свою одежду и обувь в чистоте, воспитать у детей стремление быть опрятными.</p> <p>Беседа «Осторожно, спички!». Объяснить детям предназначение спичек в доме, рассказать о правилах пожарной безопасности.</p> <p>Беседа «Если тебе позвонил по телефону незнакомый человек». Рассказать детям о необходимости быть осторожными при общении с незнакомыми людьми, познакомить с правилами личной безопасности.</p> <p>Беседа «Зебра». Актуализировать и систематизировать знания детей о правилах дорожного движения, предложить ребятам рассказать, где можно переходить улицу, пояснить, почему нельзя переходить дорогу в неположенном месте, проиллюстрировать ответы детей при помощи макета «Дорога».</p> <p>Беседа «Наши друзья и враги». Дать детям сведения об опасных вещах (колющих и режущих предметах, электроприборах и кранах, лекарственных веществах и химикатах). Подчеркнуть необходимость и способствовать ее осознанию для введения запретов на пользование детьми опасными вещами.</p> <p>Показ кукольного спектакля Рассказать детям о правилах поведения на водоёмах зимой</p>	<p>Игра «Мое тело» Чтение загадок о частях тела, органах</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Больница»</p> <p>Д/игра «Что где лежит» Загадки и стихи по теме</p> <p>Чтение Б.Заходера «Шофер», С.Маршака«Пожар», «Путаница».</p> <p>Чтение произведений С.Михалкова «Моя улица», Ю.Яковлева «Надо слушаться без спора».</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Автобус», «Шофёры»</p> <p>Д/игра «Что где лежит?» Подвижные игры «По ровненькой дорожке», «Бегите ко мне», «Попади в цель» «Вода и пламя» «Пожарная машина спешит на помощь»</p> <p>«Зимнее приключение Колобка» по теме «Безопасность на льду»</p>
Январь	<p>Работа в уголке природы: посадка лука. Учить детей оказывать взрослому посильную помощь, выполнять соответствующие трудовые операции. Рассказать детям о строении луковицы, ее пользе, формировать первичные представления о росте и развитии растений. Рассказать о пользе лука для человека и его здоровья.</p>	<p>Д/игра «Угадай по вкусу», «Назови правильно»</p>

	<p>Беседа о детском организме и уходе за ним. Формировать у детей осознанное стремление к бережному отношению к своему организму, учить заботиться о нем, познакомить с базовыми правилами здоровьесбережения.</p> <p>Беседа на тему «Поведение с незнакомыми людьми». Организовать повторение правил поведения с незнакомыми людьми с опорой на сигнальные рисунки помочь детям уточнить и применить свои знания при рассмотрении различных ситуаций.</p> <p>Беседа «Ребенок и огонь». Чтение С. Маршак «Пожар». Обсудить с детьми, к чему может привести неумелое обращение с огнем, предложить сформулировать и запомнить правила безопасности, связанные с огнем. Учить детей как действовать во время пожара запомнить номер телефона «01».</p> <p>Рассматривание макета дороги. Закрепление знаний детей о составных частях улицы (дома, тротуар, дорога), о правилах для пешеходов (ходить по тротуару, дорогу переходить по переходу на зеленый свет светофора, детям можно ходить по улице только в сопровождении взрослых).</p> <p>Беседа «Петька - забияка». Учить детей выходить из конфликтных ситуаций мирным путем, осознавать свои чувства, желания и понятно выражать их</p>	<p>Игра-смекалочка «Что для чего нужно?»</p> <p>Игровая ситуация «Встреча с незнакомцем»</p> <p>Игровая ситуация «Звонок в пожарную часть» Чтение стихов к картинкам «Как избежать неприятностей».</p> <p>Загадки и стихи по теме Д/игра «Какой огонек зажегся?»</p> <p>«Игра-дело серьезное» Подвижные игры «По ровненькой дорожке», «Снежинки и ветер», «Пузырь», «Мой весёлый звонкий мяч»</p>
Февраль	<p>Беседа «Врачи - наши помощники». Расширять представления детей о профессии врача. Учить воспринимать врачебные предписания и строго их выполнять.</p> <p>Беседа «Чем мы дышим?». Познакомить детей с понятиями «свежий воздух», «кислород», рассказать о факторах, очищающих и загрязняющих воздух, о важности чистоты воздуха для здоровья человека.</p> <p>Беседа «Вышел котик погулять». Учить детей правильно вести себя с незнакомыми людьми на улице, рассмотреть и обсудить некоторые ситуации, выслушать вариант решения рассматриваемых проблем, предлагаемые детьми.</p> <p>Беседа «Приключения Зажигалки». Помочь детям запомнить основные группы пожароопасных предметов, сформулировать вместе с детьми правила безопасного обращения с этими предметами. Учить детей как действовать во время пожара, запомнить номер телефона «01».</p> <p>Беседа «Не стой там, где висят сосульки». Рассказать детям об опасности, связанной с падением с крыш сосулек, познакомить с правилами безопасного передвижения по улицам города в зимний период.</p> <p>Беседа «Почему у зайки заболела ножка?». Помочь детям запомнить правила перехода дороги, предложить детям рассказать о том, как нужно</p>	<p>Д/игра «К какому врачу пойдем?», «Валеология», «Мы гуляем», «Разрешается - запрещается», «Мы - спасатели»</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Больница», «Аптека» Гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика</p> <p>Игровые упражнения «Вот и мячик прикатился», «Поймай мяч», «Пройдем по мостику», «Догони обруч», «Зайчишки-шалунишки», «Лови мяч», «Мы медведи».</p> <p>Игра-развлечение «Кошкин дом»: закрепить правила безопасности при обращении электроприборами</p> <p>Загадки и стихи по теме</p> <p>Ходьба на лыжах, катание на санках. д/игра «Назови вид спорта», «Я</p>

	<p>действовать в различных ситуациях, прокомментировать и оценить поступки различных персонажей.</p> <p>Игровая беседа по теме «небезопасные места и предметы в доме и на улице»</p> <p>Ситуация «Собаки и кошки - наши друзья» - учить правильно обращаться с животными.</p>	<p>умею», «Ветеринарная лечебница» - закреплять знания о профессиональных действиях ветеринара, учить объясняться в игре, распределять роли.</p> <p>«Путешествие в страну Безопасности»</p> <p>Чтение К. Чуковский «Путаница» - развивать чувство юмора, закреплять знания об осторожном обращении со спичками. Сказка «Как собака друга искала»</p>
Март	<p>Беседа «Таблетки растут на ветке». 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>Беседа «Я уколов не боюсь». Предложить детям рассказать, как работает медсестра, как она обследует и лечит детей, в чем состоит важность ее работы. «Если кто-то заболел» - закрепить знания о том, что при серьёзной травме необходимо вызвать врача «скорой помощи», позвонив по номеру «03», поупражняться в вызове врача.</p> <p>Беседа «Кто там?». Рассказать детям об опасности контактов с незнакомыми людьми, учить детей правильно вести себя в различных ситуациях (не открывать дверь незнакомым людям, не говорить, что ты дома один, не называть адрес в разговоре по телефону), обращаться за помощью.</p> <p>Беседа «Осторожно - ледоход». Рассказать детям о правилах поведения, которые необходимо соблюдать при нахождении у открытого водоема в данный период.</p> <p>Беседа «О добром и злом огне». Показать детям позитивную роль огня в жизни человека, рассказать о ситуациях, в которых огонь может быть опасен. Предостеречь детей от контакта, от игр с огнем.</p> <p>Беседа «Зебра». Актуализировать и систематизировать знания детей о правилах дорожного движения, предложить ребятам рассказать, где можно переходить улицу, пояснить, почему нельзя переходить дорогу в неположенном месте, проиллюстрировать ответы детей при помощи макета «Дорога».</p>	<p>Сюжетно-ролевая игра «Больница», «Аптека»</p> <p>Чтение Г. Зайцев «Крепкие зубы» Л. Зильберг «Полезные продукты»</p> <p>Чтение сказки «Про Бегемота, который боялся уколов»</p> <p>Игровая ситуация «Кто за дверью?» «Источники опасности»</p> <p>Подвижные игры «Через ручеек», «Солнышко и дождик», «Рыбаки и рыбки»,</p> <p>Д/игра «Огонь друг – огонь враг»</p> <p>Подвижные игры «Трамвай», «Воробушки и Автомобиль»</p>
Апрель	<p>Беседа «Скажи микробам нет». Расширять представления детей о ценности здоровья формировать желание вести здоровый образ жизни. Поговорить о необходимости закаливания, формировать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p>Беседа «Чистота и здоровье» Беседа «Если ты заболел». Учить детей проявлять заботливое отношение к больному</p>	<p>Стихи и загадки о спорте Д/игра «Я знаю что можно, а что нельзя», «Разложи правильно» (с карточками) Д/игры «Назови вид спорта», «Я умею» Д/игра «Если кто-то заболел», «Витамины — это такие таблетки,</p>

	<p>человеку. 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>Беседа «Везунчик». Объяснить детям, какие опасные ситуации могут возникнуть на игровой площадке при нарушении правил поведения, закрепить знания детей о том, что играть на проезжей части улицы нельзя.</p> <p>Беседа «Мы едем, едем, едем в далекие края» или «Приключения в автобусе». Закрепить понятия, связанные с общественным транспортом, познакомить детей с правилами поведения в транспорте, воспитывать вежливость, формировать доброжелательное отношение к людям.</p> <p>Беседа «Поведение с незнакомыми людьми». Вместе с детьми в ходе беседы сформулировать правила поведения с незнакомыми людьми (ни в коем случае нельзя соглашаться на предложение незнакомца пойти с ним куда-либо, нельзя брать что-либо, говорить свой адрес и телефон и др.), предложить вниманию детей символичные «записи» правил, которые помогут детям их запомнить.</p> <p>Беседа по картинам «Улица». Закрепить правила поведения пешеходов на улице, в транспорт</p>	<p>которые растут на ветке»</p> <p>Загадки и стихи по теме Д/и «Можно-нельзя»</p> <p>Чтение С. Еремеев «Правила движения», Сюжетно-ролевые игры «Аптека», «Больница», «Автобус», «Шоферы»</p> <p>Игровая ситуация «Незнакомец в транспорте» Подвижные игры «Трамвай», «Воробушки и Автомобиль»</p> <p>Рассматривание тематического альбома «Улица» Д/игра «На прогулке», «Убери на место», «О чем говорит светофор»</p>
Май	<p>Беседа «Здоровая пища». Помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания, еда должна быть не только вкусной, но и полезной.</p> <p>Беседа «Купаться любят все» Вызвать интерес к закаливанию, выполнению культурно гигиенических навыков, побудить детей к постоянному их соблюдению, закрепить знания о свойствах воды.</p> <p>Беседа «Опасные растения», рассматривание картинок. Познакомить детей с самыми распространенными опасными растениями, которые нельзя трогать руками, нюхать, пробовать на вкус. Приучать детей быть осторожными с незнакомыми растениями и сообщать взрослым о нарушениях этого правила другими детьми.</p> <p>Беседа по ОБЖ «Будь осторожней на улице!» Рассматривание с детьми макета по безопасности дорожного движения. Закрепление знаний детей о составных частях улицы, о правилах поведения пешеходов.</p> <p>Экскурсия по улице - закреплять знание о правилах поведения на улице и в общественных местах. в парк - учить находить и узнавать лекарственные растения, формировать бережное отношение к природе.</p>	<p>Д/игры «Что где растет», «По грибы», «Наполни баночку витаминами»</p> <p>Д/игра «Мы - спасатели»</p> <p>Загадки и стихи по теме «Зоологическое лото»</p> <p>Подвижные игры «Через ручеек», «Солнышко и дождик», «Рыбаки и рыбки», «Трамвай», «Воробушки и Автомобиль» Чтение Н. Калинина «Как ребята переходили улицу»</p> <p>Игра-смекалочка. Что для чего нужно?</p>

	<p>Беседа «Пожар это страшное бедствие». Объяснить детям причины пожара и обратить внимание на его последствия. Довести до сведения детей правила поведения при угрозе пожара, при разведении костров на природе. Учить детей как действовать во время пожара, запомнить номер телефона «01».</p> <p>Беседа «Когда ты дома один». Убедить детей в необходимости избегать ситуаций, аналогичных той, в которую попали козлята из сказки «Волк и семеро козлят». Способствовать осознанию и выполнению правил безопасного поведения</p>	<p>Д/игра «Источники опасности», «Знаешь ли ты», «Мы - спасатели»</p>
--	---	---