

Перспективное планирование по здоровьесбережению во второй группе раннего возраста

сентябрь

«Кто заботится о детях в детском саду»

Формировать представления о работе сотрудников детского сада, закрепить названия профессий: воспитатель, помощник воспитателя, медсестра, повар, инструктор по физической культуре. Дать понятие о том, что все взрослые в д/с заботятся, чтобы детям было весело и интересно, чтобы они были здоровыми.

Игрушка заяц, иллюстративный материал «Профессии»

Беседы: «Чтобы быть здоровым», «Как я буду заботиться о своем здоровье»

Сюжетно-ролевая игра «Семья», «Детский сад»

Д/упражнение «Расскажем Чебурашке, как вести себя в детском саду»

Практикум «Учимся правильно мыть и вытирать свои ручки»

Папка-передвижка «Научите ребенка правилам личной гигиены»

октябрь

«Фрукты – полезные продукты»

Формировать представления о полезных продуктах, их значении для здоровья и хорошего настроения; уточнить качественные характеристики фруктов, закрепить слова-определения (кислый, сладкий).

Демонстрационный материал «Фрукты»; персонаж Осень; корзина с фруктами

Беседы: «О здоровой пище», «Как доктор лечит людей»

Сюжетно-ролевая игра «Магазин продуктов»

Д/упражнение «Узнай и назови фрукт», «Куда положить урожай Зайчика»

Практикум «Угадай на вкус»

Консультация «Какие фрукты выбирать для рациона ребенка: заморские или местные?»

ноябрь

«Чистота и здоровье»

Формировать представления о необходимости соблюдать правила гигиены: мыть руки перед едой, после туалета и улицы; чистить и полоскать рот; мыть свое тело; следить за состоянием волос.

Альбом «Безопасность» Н.Н.Авдеевой;

лото «Туалетные принадлежности»

Беседы: «Я знаю, что можно, а что нельзя», «Как мы ходили в прачечную»

Сюжетно-ролевая игра: «Семья», «Парикмахерская»

Д/упражнение «Кто помогает соблюдать чистоту и порядок», «Сделаем куклам красивые прически»

Практикум: «Постираем одежду для кукол»

Консультация «Чистота – залог здоровья»

декабрь

«Кто мы?»

Формировать понятия «мы – девочки», «мы – мальчики»; закреплять в речи название частей тела, одежды; умение мыть руки, лицо, чистить зубы, пользоваться мылом, расческой; формировать элементарные представления о дружбе.

Куклы: мальчик и девочка с комплектами одежды; 2 обруча, 2 стульчика для кукол; на подносе: лимон, шоколад, апельсин; зеркало; магнитофон; ширма; ложки, бубен, гармошка, погремушка.

Беседы: «Как мы занимаемся физкультурой», «Мы разные»

Сюжетно-ролевая игра «Поликлиника»

Д/упражнение «Таня простудилась», «Купание куклы»

Практикум «У меня красивая прическа»

Информационно-наглядный материал «В организме все взаимосвязано»

январь

«Будем спортом заниматься»

Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом; продолжать формировать основные движения и физические качества дошкольников.

Кукла в спортивной одежде; демонстрационный материал С.Вохринцевой «Зимние и летние виды спорта»

Беседы: «Наши любимые подвижные игры», «Мы любим ходить на физкультуру»

Сюжетно-ролевая игра: «Детский сад»

Д/упражнение «Запомни движение», «Назови вид спорта»

Практикум: «Веселая зарядка»

Информационно-наглядный материал «Ставьте ребенка на лыжи и коньки»

февраль

«Если хочешь быть здоров»

Формировать представления о здоровом образе жизни; закрепить знания о частях тела и их функциях, о том, как надо беречь здоровье и для чего; обобщить представление о необходимости содержать тело в чистоте, гулять на свежем воздухе, тепло одеваться в холодную погоду, лечиться, если заболеешь.

Мяч, фотографии детей на физкультурном занятии и во время утренней гимнастики; магнитофон с аудиозаписями.

Беседы: «Кто занимается спортом дома», «Как мы были в кабинете у медсестры»

Сюжетно-ролевая игра: «Семья», «Детский сад»

Д/упражнение «Расскажите Мишке, как нам измеряли рост»

Практикум: «Мы самые ловкие»

Консультация «Одежда ребенка в зимний период»

март

«Очень нужен людям сон»

Формировать представления о здоровом образе жизни; развивать умение заботиться о себе; закреплять знания о том, что сон необходим человеку, запоминать правила поведения перед сном.

Стульчики с игрушками, туалетные принадлежности, иллюстрации с изображением спящих животных.

Беседы: «Как я укладываюсь спать», «Что мне снится»

Сюжетно-ролевая игра: «Семья», «Детский сад»

Д/упражнение «Кукла Катя ложится спать»

Практикум: «Готовимся ко сну»

Консультация «Не лешайте ребенка дневного сна»

апрель

«Врачи помогают нам быть здоровыми»

Формировать представления о здоровом образе жизни; продолжать воспитывать у детей понимание ценности здоровья, потребности быть здоровыми; закреплять представления о труде медицинских работников; продолжать формировать представление о витаминах и их пользе.

Иллюстрации с изображением овощей и других продуктов, поливитамины, репчатый лук и оборудование для посадки и полива.

Беседы: «Как меня лечил врач», «Полезные продукты-овощи и фрукты»

Сюжетно-ролевая игра: «Больница», «Семья»

Д/упражнение «Если кто-то заболел», «Что нужно растению?»

Практикум: «Сажаем лук на зелень»

Консультация «Выращиваем витамины дома»

май

«Болезни и первая помощь»

Формировать представления о здоровом образе жизни; уточнить знания о работе врача и медсестры; дать представление об оказании первой помощи и службе «03».

Слайд-шоу здоровых, жизнерадостных людей, режимных процессов группы; картинки – «Врач у постели больного»; бинт, раствор бриллиантовой зелени, стерильные салфетки, ватные палочки, силуэты кукол; телефон.

Беседы: «Как вести себя во время болезни», «Осторожно, лекарства!»

Сюжетно-ролевая игра: «Больница», «Семья»

Д/упражнение «Можно-нельзя»

Практикум: «Чисто моем руки»

Информационно-наглядный материал «Оказание первой помощи»