

Перспективный план работы по формированию основ здорового образа жизни в средней группе «Звездочки» на 2020-2021 учебный год._

Месяц	Тема. Цель образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов.	Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей.
Сентябрь	«Части тела человека»	<p>1. Игра с Айболитом «Покажи, что назову» Цель: формировать у детей первоначальные знания о частях тела (туловище: спина, грудь, ноги, руки, живот, голова). Прививать детям гигиенические навыки.</p> <p>2. Ди/игра «Кому что нужно» Цель: закреплять знания детей о предметах, необходимых для работы врачу, медицинской сестре.</p> <p>3. С/рол. игры «Поликлиника», «Больница», « Аптека» Цель: расширить знания детей о профессиональных действиях медицинских работников, воспитывать уважение к их труду. Развивать умения объединяться в игре, распределять роли.</p> <p>4. Чтение К.Чуковский «Доктор Айболит»</p>
Октябрь	«Будем стройные и красивые»	<p>1. Чтение стихотворения Э. Мошковской « Дедушка и мальчик». Беседа по тексту. Цель: формировать знания детей о правильной осанке для здоровья; воспитывать желание быть здоровым и красивым.</p> <p>2. Видео. Музыкальные физминутки. Цель: показать приёмы и упражнения по формированию правильной осанки.</p>

		<p>3. Подв. игра « Делай как я» Цель: закрепить умение правильно выполнять упражнения , следить за правильностью осанки.</p> <p>4.Рассматривание иллюстраций (дети обедают, занимаются и т.д.) Цель: обратить внимание детей на правильность осанки</p>
Ноябрь	<p>«Витамины и здоровье»</p> <p>Цель: расширять представление детей о витаминах и их полезных свойствах и их значении для здоровья человека.</p>	<p>1. Беседа:«Витамины я люблю – быть здоровым я хочу».</p> <p>2.Дидактические игры:«Полезно – неполезно».</p> <p>Цель: Закреплять знания детей о пользе овощей и фруктов, умение определять их по вкусу.</p> <p>3.Чтение С.Михалков «Про девочку которая плохо кушала»</p> <p>4.Рисование «Витамины»</p> <p>Цель: Учить детей симметрично располагать рисунок, заполнять всё пространство контура, закрепить умение рисовать ватной палочкой. Закрепить знание детей о пользе витаминов.</p>
Декабрь	«Спорт».	<p>1. Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке» Цель: способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом. Закрепить название некоторых видов спорта.</p> <p>2.Дидактические игры «Назови вид спорта» Цель: формировать знания детей о некоторых видах спорта.</p> <p>3.Просмотр видео « Большой спорт» Цель: расширять знания детей о разных видах спорта. 4.Игровые упражнения « Бегущие спортсмены», «Бокс» Конница»</p>

<p>Январь</p>	<p>«Тело человека»</p> <p>Цель: Познакомить детей с частями тела, формировать знания об отдельных частях своего тела: руки, ноги, голова, туловище. Повышение интереса детей к здоровому образу жизни</p>	<p>1. Дидактические игры «Запомни движение», «Покажи части тела».</p> <p>Цель: Упражнять в умении осознавать, запоминать и воспроизводить показанные движения, развивать зрительно-моторную память, внимание.</p> <p>2.НОД: «Части тела»</p> <p>Цель: формировать представления о строении тела человека</p> <p>3. Чтение С.Прокофьев «Румяные щечки», С.Маршак «Тело человека»</p> <p>4. Беседа:«Мы все похожие но разные».</p>
<p>Февраль</p>	<p>«Витамины и здоровье»</p> <p>Цель: рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья человека.</p>	<p>1.НОД: «Путешествие за витаминами»</p> <p>Цель: расширять представление детей о витаминах и их полезных свойствах.</p> <p>2. Беседа:«Витамины я люблю – быть здоровым я хочу».</p> <p>3. Дидактическая игра: «Съедобное – несъедобное».</p> <p>4. Продуктивная деятельность: Рисование «Витамины» Цель: Учить детей симметрично располагать рисунок, заполнять всё пространство контура, закрепить умение рисовать ватной палочкой. Закрепить знание детей о пользе витаминов.</p>

<p>Март</p>	<p>«Будем спортом заниматься»</p> <p>Цель: Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом. Закрепить название некоторых видов спорта.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Дидактическая игра «Назови вид спорта» Цель: Закрепить название некоторых видов спорта 2. Беседа: «Здоровье в порядке, спасибо зарядке» 3. Продуктивная деятельность: Рисование «Разноцветные мячи» Цель: Упражнять детей в рисовании предметов круглой формы. Уточнить знания о спортивном инвентаре. 4. С/рол. игра: «Физкультурное занятие в детском саду» <p>Цель: Формировать привычку к здоровому образу жизни, потребность в двигательной деятельности.</p>
<p>Апрель</p>	<p>«Опасности вокруг нас»</p> <p>Цель: Учить детей осторожному обращению с предметами, которые могут быть источниками опасности. Обобщать знания о правилах техники безопасности в быту и на улице.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беседа: «Опасные предметы вокруг нас» 2. Дидактическая игра: «Опасно-безопасно» Цель: Закрепить знания детей об опасных предметах и ситуациях, представляющих опасность. 3. Игра- занятие «Помоги Зайке сберечь здоровье» Цель: Формировать у детей первоначальные навыки охраны жизни и здоровья. На основе ситуационных моментов учить делать выводы о безопасности жизнедеятельности. Воспитывать чувство взаимовыручки, стремление оказывать помощь друг другу. 4. Чтение «Кошкин дом»

<p>Май</p>	<p>«Закаляйся - если хочешь быть здоров»</p> <p>Цель: Научить ребёнка заботиться о своём здоровье.</p> <p>Закрепить представление о ценности здоровья: формировать желание вести здоровый образ жизни. Совершенствовать представления о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беседа: «Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья», «Как стать сильными и здоровыми» Цель: расширять и систематизировать знания детей о солнце, воздухе и воде, как полезных для здоровья средств закаливания. 2. Дидактическая игра: «Утро начинается», «Что такое хорошо, что такое плохо». 3. Чтение потешки: «Солнышко-вёдрышко» 4. Продуктивная деятельность. Рисование «Светит солнышко». Цель: формировать умение детей передавать в рисунке образ солнышка.
------------	---	--