Перспективный план работы по формированию основ здорового образа жизни во 2 младшей группе

 Воспитатель: Москаленко Н.Н.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Месяц*** | ***Тема*** | ***Совместная деятельность детей и педагога***  | ***Взаимодействие с родителями и социальными партнёрами*** |
| ***Содержание и формы работы с детьми***  |
| **сентябрь** | **МОЁ ЗДОРОВЬЕ** | 1. НОД ОО «Познавательное развитие»Беседа «Что такое здоровье»Программное содержание: формировать первичные представления детей о здоровье, своем организме. Воспитывать желание заботиться и беречь своё здоровье. | Консультация на тему «Малыши – крепыши».Анкетирование родителей на тему «Как берегут здоровье в вашей семье».Цель: получение и анализ информации об отношении родителей к вопросам здорового 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** | **ВИТАМИНКИ С ГРЯДКИ** | 1. НОД ОО «Познавательное развитие» 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 овощей. | Традиционный конкурс совместных семейных работ «Осенний вернисаж» |
| 2. Дидактическая игра «Угадай на вкус».Программное содержание: уточнить названия фруктов, овощей, формировать умения определять их на вкус, называть и описывать. |
| 3. С/ролевая игра «Овощной отдел супермаркета».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. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | 4. ОО «Художественно-эстетическое развитие.Рисование по образцу «Овощи, фрукты»Программное содержание: закреплять знания и представления детей об овощах и фруктах, о их пользе; учить рисовать округлые, овальные предметы; закрашивать, не выходя за контур. |   |
| **ноябрь** | **МОЯ ГИГИЕНА** | 1. НОД ОО «Познавательное развитие» «Девочка чумазая»Программное содержание: формирование навыков здорового образа жизни, закрепление навыков умывания, формировать представления о назначении предметов туалета, воспитывать культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть чистым, красивым, аккуратным. |   |
| 2. Дидактическая игра «Зачем нам нужен носовой платок»Программное содержание: Формирование навыков пользования носовым платком. Приучать детей при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот носовым платком. | Экскурсия в кабинет врача «Врачи наши помощники».Цель: расширять представления детей о труде врача и медицинской сестры. |
| 3. С/ролевая игра «Красивая стрижка»Цель: продолжать формировать представления о труде парикмахера, воспитывать культуру поведения в общественных местах. Развивать умение взаимодействовать и ладить друг с другом в совместной игре, распределять роли. |
| 4. Чтение худ. литературы: А. Барто «Девочка чумазая»Программное содержание: воспитывать культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть чистым, красивым, аккуратным. |
| **декабрь** | **ОДЕЖДА И МОЁ ЗДОРОВЬЕ** | 1. НОД ОО «Познавательное развитие»Игра-занятие «Почему заболели ребята?».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. | Круглый стол с родителями «Здоровы образ жизни в семье».Цель: обмен опытом родителей по сохранению и укреплению здоровья дошкольников в семье. |
| 2. Дидактическая игра «Я собираюсь на прогулку».Программное содержание: Учить одеваться в соответствии с временами года и погоды; воспитывать опрятность, желание следить за своим внешним видом. |
| 3. С/ролевая игра «Оденем куклу Варю на прогулку».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. |
| 4. Чтение стихотворений М. Фисенко «Растеряша», «Пятнышки на твоей рубашке».Программное содержание: закрепить знания детей о видах и назначении одежды. |
| **январь** | **МОЕ ТЕЛО** | 1. НОД ОО «Познавательное развитие» Игра-занятие «Вот я какой».Программное содержание: познакомить детей с строением тела человека, с возможностями его организма:- я умею бегать, прыгать, петь, смотреть, слушать, кушать, терпеть жару и холод, переносить боль, дышать, думать, помогать другим людям;- воспитывать чувство гордости, что «Я – человек»;  - вызвать интерес к дальнейшему познанию себя. | Выпуск памятки для родителей «Здоровый образ жизни». |
| 2. Дидактическая игра «Городок здоровья».Программное содержание: Уточнить и расширить знания детей об основных ценностях здорового образа жизни; способствовать осознанному приобщению к ним. |
| 3. С/ролевая игра «В травматологическом пункте».Программное содержание: закрепить знания детей о строении тела, развивать умение взаимодействовать друг с другом в совместной игре. |
| 4. Рассматривание энциклопедии «Я и мое тело».Программное содержание: расширять представления детей о своем теле (организме). |
| **февраль** | **ВИТАМИНЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ** | 1. НОД ОО «Познавательное развитие» Игра-занятие «Знакомьтесь, витамины»Программное содержание: формировать представления о значении витаминов для здоровья человека. Познакомить с поговоркой. Ввести в активный словарь детей слова: витамины, здоровье. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни. | Выпуск газеты «Будьте здоровы».Цель: познакомить родителей с здоровьесберегающими технологиями, используемых в дошкольном учреждении. |
| 2. Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты».Программное содержание: систематизировать представления детей о вредных и полезных продуктах, упражнять в умении их дифференцировать, формировать потребность заботиться о своём здоровье. |
| 3. С/ролевая игра «Таня простудилась».Программное содержание: закреплять знание о носовом платке и правилах пользования; пользе витаминов; умение взаимодействовать друг с другом в совместной игре. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | 4. ОО «Художественно - эстетическое развитие.Лепка по образцу «Витаминки для зверят».Программное содержание: формировать первичные представления у детей о значении витаминов. Учить детей раскатывать пластилин круговыми движениями. |   |
| **март** | **В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ - ЗДОРОВЫЙ ДУХ!** | 1. НОД ОО «Познавательное развитие» Игра-занятие «Я здоровье берегу».Программное содержание: Учить детей самостоятельно следить за своим здоровьем, обучить несложным приемам самомассажа. Развивать разговорную речь детей. Прививать и воспитывать любовь к физическим упражнениям. | Оформление совместно с родителями тематической фотовыставки на тему: «Маленькие спортсмены».Консультация для родителей «Физическое воспитание ребенка в семье». |
| 2. Дидактическая игра «Если хочешь быть здоров».Программное содержание: формировать у детей потребности быть здоровыми. Воспитывать культурно-гигиенические навыки. |
| 3. Развлечение «Олимпийские резервы»Программное содержание: формировать представления о влиянии физических упражнений на организм человека; воспитывать любовь к физическим упражнениям; формировать элементы самоконтроля во время разнообразной двигательной деятельности. |
| 4. Просмотр мультфильма по стихотворению К. Чуковского «Мойдодыр».Программное содержание: продолжать формировать представления у детей о значении и необходимости гигиенических процедур, закаливании. Воспитывать культурно-гигиенические навыки. |
| **апрель** | **ЗДОРОВЬЕ ЗУБОВ** | 1. НОД ОО «Познавательное развитие» Игра-занятие «Чтобы зубки не болели».Программное содержание: формировать первичные представления детей о строении зубов; обучить несложным приёмам ухода за зубами; воспитывать желание ухаживать за зубами. | Оформление информационных карточек для родителей «Уроки Чистюли».Цель: ознакомить родителей с алгоритмом чистки зубов детей дошкольного возраста. |
| 2. Дидактическая игра «Правила чистюли».Программное содержание: закрепление полученных знаний о здоровье зубов; учить различать на карточках здоровые и больные зубы. |
| 3. С/ролевая игра «У зубного кабинета».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. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | 4. Просмотр мультфильма «Птичка Тари» (Союзмультфильм, 1976 г.).Программное содержание: формировать представление у детей о необходимости профилактического ухода за зубами. |   |
| **май** | **МОЯ БЕЗОПАСНОСТЬ** | 1. НОД ОО «Познавательное развитие» Игра-занятие «Шагая осторожно»Программное содержание: Учить детей правилам передвижения по улицам; рассказать об опасностях, которые могут подстерегать нас на улице. | Целевая прогулка к светофору совместно с родителями «Безопасная улица».Цель: закрепить знания детей о правилах безопасного поведения на улицах города. |
| 2. Дидактическая игра «Опасные предметы».Программное содержание: Познакомить детей с предметами, которые могут быть опасны для здоровья человека |
| 3. Игра-ситуация «На игровой площадке».Программное содержание: Формировать представления детей об источниках потенциальной опасности на игровой площадке, о правилах безопасного поведения на прогулке. |
| 4. ОО «Художественно-эстетическое развитие.Рисование по замыслу на тему: «Безопасная улица»Программное содержание: сформировать знания о правилах поведения на улице, в детском саду, дома. |