

Тематическое планирование
Перспективное планирование
2 младшая группа

<i>Месяц.</i>	<i>Название занятия.</i>	<i>Цель.</i>
Сентябрь	Что мы знаем о глазах.	Дать детям знания о том, что глаза надо беречь. Показать некоторые причины болезней глаз. Познакомить с отдельными правилами охраны зрения: играть с песком аккуратно, ни в коем случае не разбрасывать песок по сторонам и вверх, не трогать глаза грязными руками, не вытирать рукавом, а только чистым платком, не смотреть долго телепередачи.
Октябрь	Да здравствует, мыло душистое!	Показать детям необходимость соблюдения правил гигиены. Закрепить знания детей об обязательных гигиенических процедурах (мытьё рук), научит правильным способам мытья рук.
Ноябрь	Кукла идет гулять.	Дать детям представление о закаливании, показать, почему вредно кутаться. Воспитывать стремление одеваться правильно, в соответствии с погодными условиями.
Декабрь	Будет Колобок здоров!	Научить детей выполнять массаж лица, рекомендованный Б.С.Толкачевым, убедить в его пользе для сохранения здоровья. Воспитывать стремление самостоятельно делать этот массаж, закрепить навыки выполнения дыхательной гимнастики с использованием фитанцидов.
Январь	В гостях у зубной щетки.	Познакомить детей с зубной щеткой, научить правильно держать и хранить ее, показать приемы чистки зубов и последовательность действий при этом. Воспитывать стремление сохранить свои зубы здоровыми.
Февраль	Путешествие в страну «Растяпию»	Убедить детей в том, что нельзя брать в рот мелкие пуговицы, гвозди, бусинки посторонние предметы. Внушить детям, что это опасно для их здоровья.
Март	Полезные овощи	Вызвать у детей желание употреблять в пищу как можно больше овощей, показать их важность в сохранении здоровья людей, дать детям понятие о витаминах группы «А», «В», «С».
Апрель	Опасные игрушки	Показать детям опасность для здоровья и жизни некоторых ситуаций. Дать понять, что опасности можно избегать, если правильно вести себя в определенных ситуациях. Воспитывать стремление избегать опасности.
Май	Учимся заботиться о	Познакомить детей с правилами защиты организма от вирусной инфекции, помочь преодолеть страх перед необходимыми и

	своем здоровье	безболезненными процедурами, которые связаны с лечением простудных заболеваний, вызвать чувство сострадания к заболевшей кукле.
--	----------------	---

Примечание.

1. Занятия проводятся 1 раз в месяц.
2. Развлечения
 - ❖ Добрый доктор Айболит
 - ❖ Чтобы зубы не болели
 - ❖ В гости к Матроскину

Перспективное планирование
средняя группа.

<i>Месяц.</i>	<i>Название занятия.</i>	<i>Цель.</i>
Сентябрь	Чистая вода – для хвори беда	Продолжать формировать представления детей о том, как нужно заботиться о своем организме, чтобы не болеть, расти крепким и сильным. Приучать детей соблюдать правила гигиены. Углублять и расширять представление детей о воде как средстве гигиены. Воспитывать желание дружить с водой.
Октябрь	К нам пришла зубная щетка	Воспитывать в детях стремление ежедневно выполнять необходимую для их здоровья процедуру чистки зубов и последовательность действий при этом.
Ноябрь	Физкультура для глаз	Формировать у детей понятие о том, как важно следить за своими глазами, как нужно их беречь. Познакомить с физкультурой глаз.
Декабрь	Уроки зайки – попрыгайки	Убедить детей в том, как важны разные виды движений в укреплении здоровья. Разучить с ними новую народную игру «Круговая лапта».
Январь	Что мы едим	Дать детям понятие и том, что значит правильное питание.
Февраль	Для чего растут цветы?	Воспитывать у детей стремление быть ближе к природе, черпать в ней силы, здоровье, в случае болезни лечиться ее средствами, продолжать знакомить детей с миром растений, с их значением для человека, познакомить с новым лекарственным растением – подорожник.
Март	Заботиться о своем здоровье	Продолжать формировать представления о том, что каждый человек должен сам заботиться о своем здоровье, приучать детей одеваться в соответствии

		с погодой, не купаться. Убедить их в том, что купание вредит здоровью.
Апрель	Как Петрушка к доктору ходил	Помочь детям преодолевать страх перед необходимыми и безболезненными процедурами, которые связаны с лечением простудных заболеваний, учить детей самостоятельно ставить горчичники заболевшему, воспитывать чувство любви и уважения к профессии врача.
Май	У нас на спортивной площадке	Расширять представление детей о том, что здоровье человека зависит от его движений. Дать понятие о том, чем полезны бег и ходьба, почему необходима утренняя зарядка. Воспитывать желание быть здоровым.

Примечание.

1. Занятия проводятся 1 раз в месяц.
2. Развлечения
 - ❖ В гостях у деда Луки
 - ❖ Капризка
 - ❖ Здоровье в порядке – спасибо зарядке

Старшая группа

Проект «О себе хочу все знать!»

Цель проекта: Формирование элементарных представлений об особенностях своего организма, основ здорового образа жизни.

Перспективное планирование

<i>дата</i>	<i>ООД</i>	<i>Цель.</i>
сентябрь	Наше тело	Рассказать, как устроено тело человека. Познакомить с назначением мышц, костей, суставов, их ролью в строении человека, а так же с возможностями движения различными частями тела.
октябрь	Чтобы глаза видели, а уши слышали	Дать детям понятие о том, что с каждым днем возрастает нагрузка на зрение, поэтому каждый человек должен и может бороться за хорошее зрение и его сохранение. Учить детей выполнять упражнения (по Базарному В.Ф.) (Аветисову). Акцентировать внимание детей на том, как правильно заниматься чтением, рисованием и т.д., без вреда для глаз.

ноябрь	Как мы дышим. Наши носики носы	Знакомить детей с органами дыхания и обоняния.
декабрь	Крепкие, крепкие зубы	Помочь детям убедиться в необходимости чистить зубы. Показать какую важную роль в жизнедеятельности организма играют зубы, как они влияют на здоровье и внешний вид человека.
январь	Командир нашего организма	Знакомить детей с назначением и работой сердца

Проект «Чистота – залог здоровья»

Цель проекта: Формирование основ здорового образа жизни и представлений о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья.

Перспективное планирование

дата	ООД	Цель.
февраль	Гость планеты «Здоровье»	с Формировать у детей понятие здорового образа жизни; расширять знания детей о том, как надо заботиться о своем здоровье; воспитывать желание самим заботиться о своем здоровье.
март	Дружи водой	с Развивать у детей понимания значения и необходимости гигиенических процедур
апрель	Чистота – залог здоровья	– Формировать у детей понятия о том, что чистота – залог здоровья
май	Режим дня	Формировать представление о правильном режиме дня и пользе его соблюдения для здоровья

Подготовительная к школе группа

Проект «Здоровое питание»

Цель проекта - сформировать у дошкольников основы рационального питания, способствовать воспитанию культуры здоровья, осознанию ими здоровья как главной человеческой ценности.

Перспективное планирование.

Дата	ООД	Цель.
Сентябрь	Приятного аппетита	Познакомить с работой системы пищеварения. Рассказать о пользе витаминов

Октябрь	Щи да каша – пища наша	Продолжать формировать у детей понятие о том, как важны для здоровья правильное питание и правильный питьевой режим. Воспитывать желание есть только полезную пищу. Объяснить детям, как витамины влияют на организм человека.
Ноябрь	Здоровое питание	Помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания – еда должно быть не только вкусной, но и полезной. Воспитывать у детей культуру питания

Проект «Расти здоровым»

Цель проекта: Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом.

Перспективное планирование

дат а	ООД	Цель.
декабрь	Откуда берутся болезни	Дать элементарные представления о микробах и вирусах, прививках.
январь	Больной человек	Дать элементарные представления о признаках заболевания, о том, как вести себя во время болезни. Тактично познакомить с тяжелыми заболеваниями и понятием «инвалид». Стараться побудить в детях чувство сострадания, стремление помочь больным, одиноким, пожилым людям.
февраль	Лекарство и зеленая аптека	Знакомить с правилами обращения с лекарствами. Расширить представления детей о многообразии лекарственных трав и их пользе.
март	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья	Формировать сознание того, что необходимо самим заботиться о себе и о своем здоровье. Уточнить значение закаливания для человека.
апрель	Если случится беда	Знакомить детей с правилами первой помощи.
май	Наши верные друзья	Способствовать становлению у детей ценностей здорового образа жизни. Объяснять, что занятия спортом очень полезны для здоровья.

- В.А. Деркунская «Образовательная область «Здоровье». Москва. 2012
- В.А. Деркунская «Диагностика культуры здоровья дошкольников». Москва 2005
- Алямовская В.Г. Психолого-педагогический мониторинг как метод управления процессом оптимизации оздоровительной деятельности в дошкольных образовательных учреждениях // Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях: проблемы и пути оптимизации. М., 2001.
- Авдеева Н.Н., Князева О.Л. Безопасность. 2002
- Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2007
- Береснева З.И. Здоровый малыш Москва 2005
- Бочкарева О.И. Система работы по формированию здорового образа жизни. Волгоград 2008
- Никонова Т.С., Сергиеенко З.И. Здоровячок. Воронеж 2007
- Голицына Н.С., Шумова И.М. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей, М., 2007
- Горбатенко О.Ф. Комплексные занятия по разделу «Социальный мир».
- Теплякова Л.А., Шишова. Учимся быть здоровыми. 1995
- Зайцев Г.К. Уроки Айболита СПб, ,1995
- Зайцев Г.К. Уроки Мойдодыра. СПб.,1997, с.
- Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология 21 века.-М. : АРКТИ,2000
- Колобанов В.В.Уроки Айболита
- Зайцев Г. Уроки Мойдодыра 2006
- Никишина И.В. Здоровьесберегающая педагогическая система: модели, подходы, технологии. Москва 2011
- Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях: проблемы, пути оптимизации. Материалы Всероссийского совещания.-М.: ГНОМ, 2001.
- Змановский Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми. М.: Медицина, 1989
- Крылова Н.И. Здоровьесберегающее пространство в ДОУ волгоград 2009
- Козлова С.А., О.А.Князева, С.Е.Шукшина Программа «Я – человек», 1999
- Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. Методическое пособие. М., 2005