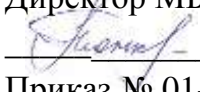


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Центр образования села Нешкан»

ПРИНЯТО:
Педагогическим советом
от «30» августа 2017 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «ЦО с.Нешкан»
 /Тонкова С.М./
Приказ № 01-04/170-од
от «31» августа 2017 г.



**Программа по здоровьесбережению
воспитанников МБОУ «ЦО с. Нешкан»**

«Здоровый малыш»

на 2017 – 2022 гг.

Согласовано:
с Советом ОО
протокол № 2
от «30» августа 2017 г.

Нешкан
2017

СОДЕРЖАНИЕ:

1. Пояснительная записка	3-4
2. Цели программы.....	4
3. Задачи программы.....	5
4. Законодательно-нормативное обеспечение программы.....	5
5. Объекты программы.....	5
6. Основные принципы программы.....	5-6
7. Основные направления программы.....	7
8. Временные рамки и основные этапы реализации программы.....	8
9. Разделы программы.....	8
9.1. Укрепление материально-технической базы.....	8-9
9.2. Работа с детьми.....	9
9.2.1. Полноценное питание.....	10
9.2.2. Система эффективного закаливания.....	10
9.2.3. Организация рациональной двигательной активности.....	10-11
9.2.4. Создание условий организации оздоровительных режимов для детей..	11
9.2.5. Создание представлений о здоровом образе жизни.....	12
9.2.6. Лечебно-профилактическая работа.....	12
9.2.7. Летняя оздоровительная работа.....	12
9.3. Работа с педагогами.....	13
9.4. Работа с родителями.....	14-15
10. Ожидаемые результаты реализации программы.....	15-16
11. Кадровое обеспечение программы.....	16-17
12. Социальный эффект от реализации программы.....	18
13. Приложение.....	19

Программа *"Здоровый малыш"* разработана рабочей группой МБОУ «ЦО с.Нешкан» (дошкольное отделение) в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья детей. Она отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления воспитанников, определяет основные направления, цели и задачи, а также план действий по реализации программы в течение пяти лет, является приложением основной образовательной программы по дошкольному воспитанию.

***“Я не боюсь еще и еще раз повторить:
забота о здоровье – это важнейший труд
воспитателя. От жизнерадостности,
бодрости детей зависит их духовная
жизнь, мировоззрение, умственное
развитие, прочность знаний, вера в свои силы”.***

В.А.Сухомлинский

1. Пояснительная записка

Жизнь в наше время ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной остается проблема сохранения здоровья. Современная социально-экономическая ситуация в стране убедительно показала, что в последнее десятилетие отчетливо наблюдаются тенденции к ухудшению здоровья и физического развития детей. Исследованиями отечественных и зарубежных ученых давно установлено, что здоровье человека лишь на 7-8 % зависит от успехов здравоохранения и на 50 % от образа жизни.

Формирование здорового поколения – одна из главных стратегических задач развития страны: это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов: Законами РФ: «Об образовании в Российской Федерации», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения РФ», Указом президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ», «Конвенцией о правах ребенка», «Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования».

Здоровье – это сложное понятие, включающее характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности.

В период дошкольного возраста у ребенка закладываются основы здоровья, долголетия, всесторонней двигательной подготовленности и гармонического физического развития. В условиях развития вариативности и разнообразия дошкольного образования особое значение приобретает регуляция его качества. Оно связано с внедрением в практику работы дошкольных образовательных учреждений современных программ, базирующихся на личностно-ориентированном подходе к ребенку, здоровьесберегающих технологий.

Актуальность проблемы предупреждения различных заболеваний определяется высокой заболеваемостью детей дошкольного возраста, отрицательным влиянием повторных случаев на их состояние здоровья, формированием рецидивирующей и хронической патологии. В современных условиях развития нашего общества наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из первоочередных задач, стоящих перед обществом.

Поэтому понятно, что проблема оздоровления детей не кампания одного дня деятельности и одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения на длительный период (в нашем случае эта программа оздоровления рассчитана на 5 лет).

Программа «Здоровый малыш» разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ:

- ✓ анализ управленческой системы (кадровый состав, работа в инновационном режиме, участие в инновациях, профессиональный уровень педагогов, медицинского персонала);
- ✓ научно – методическое обеспечение (программы, методические рекомендации, наработанный опыт в ДОУ);
- ✓ материально – техническое обеспечение (помещение, оборудование);
- ✓ финансовое обеспечение (анализ финансовых возможностей для реализации программы);
- ✓ комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости: в случаях, днях, в днях на одного ребенка);
- ✓ анализ результатов физической подготовленности детей;
- ✓ характеристика физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ (занятия, кружки, внедрение системы здоровьесберегающих технологий).

Концепция программы:

Программа разработана в силу особой актуальной проблемы сохранения здоровья взрослых и детей. Отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения детей в дошкольной организации.

Программа «Здоровый малыш», направленная на систему оздоровления и физического воспитания, включая инновационные формы и методы, должна органически войти в жизнь детского сада, решать вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имела связь с другими видами деятельности, и, самое главное, нравилась бы детям.

Развитие детей обеспечивается бы за счёт создания развивающей среды и реализации определённых педагогических технологий.

Программа «Здоровый малыш» - это комплексная система воспитания ребёнка – дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства, педагогов и родителей.

Программа «Здоровый малыш» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателями, узкими специалистами ДОУ содержания обучения и воспитания. Предлагаются различные методики, позволяющие использовать в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей.

2. Цели программы:

- Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у воспитанников, педагогов, родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.
- Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса.
- Формирование устойчивой мотивации на сохранение и укрепление здоровья;
- Формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

3. Реализация программы предусматривает решение следующих задач:

- Обеспечить организационно-педагогические, медико-социальные и материально-технические условия для оптимального психофизического развития детей, эмоционального благополучия, повышения их познавательной активности,

функциональных и адаптивных возможностей в инновационном здоровьесберегающем пространстве ДОУ.

- Формировать качественно новый уровень продуктивного взаимодействия института семьи и ДОУ на основе реализации альтернативных средств воспитания и оздоровления детей.
- Сохранять и укреплять здоровье детей
- Формировать привычку к здоровому образу жизни
- создавать максимально благоприятные условия для умственного, нравственного, физического, эстетического развития личности
- прививать культурно-гигиенические навыки
- развивать внимание, сосредоточенность, организованность, воображение, фантазию, умение управлять своими поступками, чувствами
- оказывать помощь семье в воспитании детей, адаптации к жизни в социуме

4. Законодательно – нормативное обеспечение программы:

- Конвенция ООН «О правах ребёнка»
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
- Семейный кодекс РФ
- Конституция РФ, ст. 38, 41, 42, 43
- ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ» №124 – ФЗ от 24 июля 1998 г. (с изменениями от 28 июля 2000 г.)
- «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений»
- ГОСТ Р 51705.1-2001 «Системы качества. Управление качеством пищевых продуктов на основе принципов ХАССП.
- Приказ Минздрава РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельности образовательных учреждений» № 139 от 4 апреля 2003 г.
- Устав МБОУ «ЦО с.Нешкан»;
- Программа развития МБОУ «ЦО с.Нешкан»;
- Основная общеобразовательная программа – Образовательная программа дошкольного образования Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Центр образования села Нешкан» (с изменениями от 30.08.2017 г.).

5. Объекты программы:

- Воспитанники МБОУ «ЦО с.Нешкан»;
- Педагогический коллектив МБОУ «ЦО с.Нешкан»;
- Родители (законные представители) воспитанников МБОУ «ЦО с.Нешкан».

6. Основные принципы программы:

- научности (подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками)
- доступности (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);
- активности (участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей в

- поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);
- сознательности (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);
- систематичности (реализация лечебно – оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю);
- целенаправленности (подчинение комплекса медико – педагогических воздействий четко определенной цели);
- оптимальности (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки);
- динамичность (интеграция программы в разные виды деятельности);
- опережающий характер обучения(учет уровня развития ребенка; перенос освоенной ребенком информации в незнакомые условия).

Для осуществления вышеназванных принципов в МБОУ «ЦО с.Нешкан» **созданы необходимые условия:**

- ✓ сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребёнку;
- ✓ отношения между работниками детского сада строятся на основе сотрудничества и взаимопонимания, сотрудники положительно оценивают сложившиеся отношения в коллективе;
- ✓ развивающая среда организована с учётом потребностей и интересов детей, педагоги стараются эстетично оформить интерьер групповых, раздевальных, спальных комнат, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно в уютной обстановке;
- ✓ в группах детского сада силами воспитателей оборудованы «уголки уединения», где дети могут рассмотреть фотографии своей семьи, поиграть с любимой игрушкой, отдохнуть от шума, расслабиться на стульчике;
- ✓ эмоциональное благополучие ребёнка в детском саду достигается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников. Большой вклад вносят в это музыкальный руководитель и воспитатели групп, проходят в детском саду празднования дней рождения, ярмарки, посиделки, экологические мероприятия, спортивные праздники и развлечения: «День Чукотки», «Веселые старты», «Папа, мама, я – спортивная семья» и др.;
- ✓ снижение утомляемости ребёнка на занятиях достигается мотивацией к занятию, построением занятий на интересе ребёнка и индивидуальный подход к каждому ребёнку, совместная деятельность взрослого и ребёнка;
- ✓ появлению положительных эмоций способствуют сюжетно – ролевые игры – драматизации, режиссёрские игры, театрализованная деятельность, где каждый участник – актёр;
- ✓ большая роль в психокоррекционной работе отводится музыкотерапии, прежде всего, классической, которая может оказывать эмоциональное оздоровительное влияние на психику ребёнка (успокаивает).

7. Основные направления программы:

1. Валеологическое образование детей

Организованные виды деятельности с детьми направлены в младшем дошкольном возрасте:

- на развитие представлений о своем внешнем облике, знакомство со схематическим изображением тела;
- на развитие умения понимать эмоции других людей, ориентируясь на мимику и пантомимику;

- на развитие способности к сопереживанию, умению проявлять сочувствие, жалость, другие формы положительного отношения к людям через переживания;
- на развитие представлений о групповом помещении ДООУ, принадлежности к нему; освоение правил поведения в детском саду, доброжелательного отношения к другим людям;
- на развитие положительного отношения к себе и к своему имени;
- на развитие представлений детей о принадлежности к женскому или мужскому полу, особенностях поведения мальчиков и девочек.

в среднем дошкольном возрасте:

- на развитие представлений о своем теле:
 - а) знакомство с условным изображением строения человеческого тела;
 - б) органы чувств;
 - в) дыхательная и пищеварительная системы;
- на развитие представлений о себе и своей семье.

в старшем дошкольном возрасте:

- на приобщение к нормам здорового образа жизни;
- обогащение представлений о здоровье, об организме, его потребностях, о способах предупреждения травматизма, закаливании.

во всех возрастных группах:

- на занятиях по физической культуре и ритмике беседы и пояснения о пользе и влиянии на организм физических упражнений.

2. Комплексное исследование здоровья дошкольников

2.1. Исследование состояния здоровья детей специалистами здравоохранения, выделение “группы риска”, выявление других функциональных нарушений.

2.2. Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в ДООУ с целью динамичного наблюдения за их развитием.

2.3. Определение соответствия образовательной среды (материально-техническое обеспечение образовательного процесса, характеристика педагогического коллектива, организация образовательного процесса) состоянию здоровья ребенка и своевременное выявление факторов риска для его здоровья и развития.

3. Физкультурно-оздоровительная работа.

3.1. Занятия по физкультуре всех типов: традиционные, тренировочные, занятия-соревнования, занятия-зачеты, самостоятельные, интегрированные, музыкально-ритмические занятия, праздники, развлечения,

3.2. Система эффективных закаливающих процедур.

3.3. Активизация двигательного режима дошкольников.

3.4. Профилактическая работа с детьми.

4. Реабилитационная и коррекционная работа с детьми:

4.1. реабилитация детей, перенесших простудные заболевания дыхательных путей;

4.2. индивидуальная коррекционная работа с детьми, имеющими отклонения в здоровье.

5. Консультативно-информационная работа:

5.1. сотрудничество с участниками педагогического процесса по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников.

8. Временные рамки и основные этапы реализации программы.

I этап. 2017-2018 гг. – организационно-мотивационный.

Координация деятельности педагогов и родителей ДООУ на основе общей цели, направленной на комплексное решение проблемы повышения эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения компенсирующего вида.

II этап. 2018-2021 гг. – основной.

Реализация основных направлений деятельности ДООУ по здоровьесбережению.

III этап. 2021-2022гг. – итогово-аналитический.

Оценка и анализ положительных и отрицательных тенденций в реализации программы, определение новых ближних и дальних перспектив.

Измерение промежуточных результатов реализации Программы здоровьесбережения производится в конце каждого учебного года и отражается в письменном отчёте с представлением итоговых данных в диаграммах с пояснениями к ним и предложениями. Диагностические данные будут оформляться в «Паспорта здоровья групп».

9. Разделы программы.

Программа реализуется через следующие разделы:

1. Укрепление материально – технической базы ДООУ.
2. Работа с детьми.
3. Работа с педагогами.
4. Работа с родителями.

9.1. Укрепление материально – технической базы.

1.	Приобретение необходимого оборудования: <ul style="list-style-type: none">✓ медицинского (стол, кушетка медицинская, ростомер, столик медицинский);✓ спортивного (мячи, наклонные доски, ребристые доски, гимнастические скамейки, лестницы для перешагивания и развития равновесия, для профилактики плоскостопия, обручи, мешочки с песком);✓ для музыкальных занятий (детские музыкальные инструменты);✓ детская площадка (баскетбольные щиты, игровое оборудование: горки, домики, крышки на песочницы, качалки);✓ мебель (стулья, шкафы, стенки для игрушек)	Директор Заместитель директора по АХЧ
2.	Осуществление ремонта: <ul style="list-style-type: none">✓ пищеблока;✓ санузлов и подсобных помещений.	Заместитель директора по АХЧ
3.	Оборудование помещений: <ul style="list-style-type: none">✓ мини-музея;✓ уголка ОБЖ.	Заместитель директора по ДВ
4.	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДООУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в ДООУ)	Заместитель директора по АХЧ

9.2. Работа с воспитанниками.

№	Формы и методы	Содержание
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	<ul style="list-style-type: none"> ✓ щадящий режим (адаптационный период); ✓ гибкий режим.
2.	Физические упражнения	<ul style="list-style-type: none"> ✓ утренняя гимнастика; ✓ физкультурно-оздоровительные занятия; ✓ подвижные и динамические игры; ✓ спортивные игры; ✓ пешие прогулки (походы, экскурсии). ✓ оздоровительный бег во время прогулок
3.	Гигиенические и водные процедуры	<ul style="list-style-type: none"> ✓ умывание; ✓ мытье рук; ✓ обеспечение чистоты среды; ✓ занятия с водой (центр вода и песок);
4.	Свето-воздушные ванны	<ul style="list-style-type: none"> ✓ проветривание помещений; ✓ сон при открытых фрамугах (в теплый период); ✓ прогулки на свежем воздухе; ✓ обеспечение температурного режима и чистоты воздуха.
5.	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> ✓ развлечения, праздники; ✓ игры-забавы; ✓ дни здоровья.
6.	Арома- и фитотерапия	<ul style="list-style-type: none"> ✓ ароматизация помещений; ✓ витаминизация напитков.
7.	Диетотерапия	✓ рациональное питание.
8.	Светотерапия	✓ обеспечение светового режима.
9.	Музтерапия	<ul style="list-style-type: none"> ✓ музыкальное сопровождение режимных моментов; ✓ музыкальное оформление фона занятий; ✓ музыкально-театральная деятельность.
10.	Спецзакаливание	<ul style="list-style-type: none"> ✓ дыхательная гимнастика; ✓ пальчиковая гимнастика; ✓ стопотерапия (ходьба по корригирующим дорожкам, использование массажных палочек для профилактики плоскостопия и т.д.) ✓ игровой массаж.
11.	Пропаганда здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> ✓ экологичекое воспитание; ✓ периодическая печать; ✓ курс бесед; ✓ специальные занятия.

9.2.1. Полноценное питание.

1.	<p><i>Принципы организации питания:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ выполнение режима питания; ✓ гигиена приёма пищи; ✓ ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания; ✓ эстетика организации питания (сервировка); ✓ индивидуальный подход к детям во время питания;
----	---

	✓ правильность расстановки мебели.
--	------------------------------------

9.2.2. Система эффективного закаливания.

1.	Основные факторы закаливания	<ul style="list-style-type: none"> ✓ закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня; ✓ закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности; ✓ закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, других режимных моментах; ✓ закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей.
2.	Комплекс закаливающих мероприятий	<ul style="list-style-type: none"> ✓ соблюдение температурного режима в течение дня; ✓ правильная организация прогулки и её длительности; ✓ соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учётом индивидуального состояния здоровья детей; ✓ облегченная одежда для детей в детском саду; ✓ дыхательная гимнастика после сна; ✓ коррегирующая гимнастика после сна.
3.	Методы оздоровления:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ ходьба по сырому песку (летом), коврику (в межсезонье); ✓ дозированный оздоровительный бег на воздухе (в течение года); ✓ хождение босиком по спортивной площадке (летом); ✓ релаксационные упражнения с использованием музыкального фона (музыкотерапия).

9.2.3. Организация рациональной двигательной активности.

Физическое воспитание оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребёнка, ход его физического развития, содействует овладению необходимыми движениями.

1.	Основные принципы организации физического воспитания в детском саду	<ul style="list-style-type: none"> ✓ физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья; ✓ сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами; ✓ медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья.
2.	Формы организации физического воспитания	<ul style="list-style-type: none"> ✓ физические занятия в зале и на спортивной площадке; ✓ туризм (прогулки – походы);

		<ul style="list-style-type: none"> ✓ дозированная ходьба; ✓ оздоровительный бег; ✓ физкультминутки; ✓ физкультурные досуги, праздники, «Дни здоровья»; ✓ утренняя гимнастика; ✓ индивидуальная работа с детьми.
3.	Физкультурные занятия разнообразны по форме и содержанию в зависимости от задач	<ul style="list-style-type: none"> ✓ традиционные; ✓ игровые: в форме подвижных игр малой, средней и большой интенсивности. ✓ сюжетно– игровые, дающие более эмоциональные впечатления, например, «Путешествие в тундру» и др.; ✓ Тематические занятия: «Осень в гости к нам пришла»; они могут быть с одним предметом, например, «Поиграй со мной, дружок» (мяч); ✓ занятия – тренировки: закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр; ✓ занятия – походы; ✓ занятия в форме оздоровительного бега; ✓ музыкальные путешествия – тесная интеграция музыки и движений. Дети изображают животных, птиц, подражают их голосам, повадкам; ✓ Занятия на «Экологической тропе».

9.2.4. Создание условий организации оздоровительных режимов для детей.

- ✓ Стереотипно повторяющиеся режимные моменты: время приёма пищи, укладывание на дневной сон; общая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений. Остальные компоненты оздоровительного режима динамические.
- ✓ Полная реализация (по возможности ежедневная) следующей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.
- ✓ Достаточный по продолжительности дневной сон детей.
- ✓ Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями.
- ✓ Санитарно – просветительская работа с сотрудниками и родителями.

9.2.5. Создание представлений о здоровом образе жизни.

Основная идея: здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется

по следующим направлениям:

- ✓ привитие стойких культурно – гигиенических навыков;
- ✓ обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
- ✓ формирование элементарных представлений об окружающей среде;
- ✓ формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений;
- ✓ развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов;
- ✓ формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;

- ✓ выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить своё состояние и ощущения;
- ✓ обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах;
- ✓ вести систематическую работу по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

Перспективный план основных видов деятельности по приобщению дошкольников к здоровому образу жизни представлен в виде пяти направлений для каждого возрастного периода на весь учебный год:

- ✓ прием детей
- ✓ водные процедуры (младшая и средняя группы)
- ✓ организованная образовательная деятельность
- ✓ прогулка
- ✓ совместная деятельность во вторую половину дня

Все направления работы взаимосвязаны, дополняют друг друга, имеют свою специфику, свою воспитательно-образовательную ценность и цели.

9.2.6. Лечебно-профилактическая работа.

Осуществляют медицинская сестра детского сада, инструктор по физической культуре, старший воспитатель, воспитатели.

Она включает в себя:

- ✓ физкультурные занятия босиком;
- ✓ подвижные игры и физические упражнения на улице;
- ✓ хождение на лыжах;
- ✓ дыхательная гимнастика после сна;
- ✓ спортивные игры и соревнования;
- ✓ элементы точечного массажа и пальчиковые упражнения для укрепления здоровья.

9.2.7. Летняя оздоровительная работа.

Формы организации оздоровительной работы:

- ✓ закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон в трусиках, ходьба босиком;
- ✓ физкультурные занятия в природных условиях (на лугу, спортивной площадке);
- ✓ туризм (походы, экскурсии);
- ✓ физкультурные досуги и развлечения;
- ✓ утренняя гимнастика на воздухе;
- ✓ витаминизация: соки, фрукты.

9.3. Работа с педагогами.

Работа с сотрудниками – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей, **построенная на следующих принципах:**

- ✓ актуализация внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль;
- ✓ просветительная работа по направлениям программы «Здоровый малыш» и т.д.;
- ✓ консультации воспитателей по сохранению собственного здоровья, проигрывание с ними возможных проблемных ситуаций: больной педагог – здоровый воспитанник; здоровый педагог – больной воспитанник; больной педагог – больной воспитанник;
- ✓ обучение педагогов приемам личной самодиагностики здоровья в физическом,

социальном, психическом аспекте, а также методике обучения дошкольников приёмам личной самодиагностики.

Организационные методические мероприятия:

1. Знакомство и внедрение в практику работы ДОО новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
2. Разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуальном подходе.
3. Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья.
4. Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.
5. Диагностика среды жизнедеятельности ребёнка, включая образовательную, психологическую, семейную среду и экологию места обитания.
6. Создание информационной базы по педагогическим, экономическим, санитарно – гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.
7. Разработка и внедрение педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции.
8. Внедрение сбалансированного разнообразного питания.
9. Пропаганда здорового образа жизни.
10. Обучение дошкольников здоровому образу жизни, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

Методические рекомендации по оздоровлению:

1. Мероприятия по формированию у дошкольников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.
2. Максимальное обеспечение двигательной активности детей в детском саду на занятиях по физкультуре, в перерывах между занятиями, использование физкультурных минуток, включение элементов пальчиковой гимнастики на развивающих занятиях.
3. Необходимо широкое использование игровых приёмов, создание эмоционально – значимых для детей ситуаций, обеспечение условий для самостоятельной практической личносно и общественно значимой деятельности, в которой дети могли бы проявлять творчество, инициативу, фантазию.
4. Привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.
5. Обучение дошкольников здоровому образу жизни.
6. Беседы, валеологические занятия.

9.4. Работа с родителями.

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями.

Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровой поколение, то должны решать эту проблему «всем миром», семья, детский сад, общественность.

Задачи работы с родителями:

1. Повышение педагогической культуры родителей по вопросам здорового образа жизни.
2. Пропаганда общественного дошкольного воспитания.

3. Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
4. Установка на совместную работу с целью решения всех психолого – педагогических проблем развития ребёнка.
5. Вооружение родителей основами психолого – педагогических знаний через тренинги, консультации, семинары.
6. Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
7. Включение родителей в воспитательно - образовательный процесс.

Формы работы с родителями:

1. Проведение родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций.
2. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
3. Дни открытых дверей.
4. Экскурсии по детскому саду для родителей вновь прибывших детей.
5. Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и вновь прибывших).
6. Совместные занятия для детей и родителей.
7. Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (инструктора по физической культуре, медицинской сестры).
8. Организация совместных дел.

С целью успешной работы с родителями необходимо использовать план изучения семьи:

- ✓ структура семьи и психологический климат (сколько человек, возраст, образование, профессия, межличностные отношения родителей, отношения родителей с детьми, стиль общения);
- ✓ основные принципы семейных отношений (гуманизм или жестокость, ответственность или анархия, взаимное доверие или подозрительность, взаимопомощь или невнимание и т.п.);
- ✓ стиль и фон семейной жизни: какие впечатления преобладают – положительные или отрицательные, причины семейных конфликтов;
- ✓ социальный статус отца и матери в семье, степень участия в воспитательном процессе, наличие желания воспитывать ребёнка;
- ✓ воспитательный климат семьи, уровень педагогической культуры, подготовленность родителей, знание своего ребенка, адекватность оценок своего поведения.

Методы, используемые педагогами в работе:

1. Анкета для родителей.
2. Беседы с родителями.
3. Беседы с ребёнком.
4. Наблюдение за ребёнком.
5. Изучение рисунков на тему «Наша семья» и их обсуждение с детьми.
6. Посещение семьи ребёнка.

С целью улучшения профилактической работы рекомендуется провести с родителями цикл бесед, лекций на ряд тем, в том числе:

1. Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.

2. Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
3. Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей.
4. Хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков и связь её с заболеваниями бронхолёгочной системы.
5. Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
6. Значение режимных моментов для здоровья ребёнка.
7. О питании дошкольников.
8. Особенности физического и нервно – психического развития у часто болеющих детей.
9. Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома.
10. Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей.
11. Воспитание культурно – гигиенических навыков у дошкольников.
12. Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей.
13. Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребёнка.

**Перспективный план
работы по взаимодействию с родителями
на 2017-2022 годы:**

1. Продолжить проведение совместных мероприятий: «Дни Здоровья», туристические походы, спортивные праздники, субботники.
2. Для обогащения родителей знаниями о малыше разработать серию семинаров – практикумов «Давайте узнавать малыша вместе» с привлечением специалистов.
3. Организовывать новую форму работы с родителями – дни семейных увлечений «Что умею сам – научу детей».
4. Посещение родителями занятий валеологической направленности, с целью педагогической пропаганды здорового образа жизни.
5. Вовлечение родителей в инновационный педагогический процесс, консультации, беседы, выполнение с детьми заданий в домашних тетрадах.

10. Ожидаемые результаты реализации программы.

Повышение эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения:

- улучшение основных показателей состояния психофизического здоровья детей;
- успешное освоение образовательной программы воспитанниками ДОО ежегодно не менее 86%, качественная подготовка детей к школе до 100 %;
- рост компетентности педагогов к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме на 100%;
- активизация родителей к совместной с образовательным учреждением здоровьесберегающей деятельности и использованию эффективных форм здоровьесбережения в семье - не менее 93%.
- Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья ребёнка.
- Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний.
- Коренное совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
- Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.
- Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников.

- Повышение квалификации работников дошкольных учреждений.
- Стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

11. Кадровое обеспечение программы «Здоровый малыш».

Участники	Деятельность
Директор,	<ol style="list-style-type: none"> 1. Общее руководство по реализации программы «Здоровый малыш». 2. Анализ реализации и корректировка программы. 3. Контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей.
Заместитель директора по АХЧ	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обеспечение условий для предупреждения травматизма. 2. Создание материально – технических условий. 3. Контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно – гигиенических условий при реализации программы «Здоровый малыш».
Медицинские работники	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обследование детей, получение антропометрических данных, выявление патологии; составление списков часто и длительно болеющих детей. 2. Определение оценки эффективности реабилитации, критериев здоровья, прививочная работа. 3. Гигиеническое воспитание и обучение детей и родителей. 4. Организация и контроль соблюдения санитарно-гигиенического и противоэпидемиологического режима. 5. Контроль уровня здоровья детей: определяют и оценивают показатели заболеваемости, физического, функционального и моторного развития, динамику групп здоровья. 6. Контроль выполнения двигательного режима и физических нагрузок на утренней гимнастике и физкультурных занятиях, эффективность закаливающих процедур. 7. Первая помощь при травмах.
Заместитель директора по ДВ	<ol style="list-style-type: none"> 1. Программно – методическое обеспечение реализации программы «Здоровый малыш». 2. Проведение мониторинга. 3. Контроль за реализацией программы. 4. Планирование и контроль организации мероприятий по физическому воспитанию детей. 5. Оказание методической помощи воспитателям. 6. Наблюдение за организацией двигательного режима.
Инструктор по физической культуре	<ol style="list-style-type: none"> 1. Определение показателей физической подготовленности детей. 2. Коррекция отклонений в физическом развитии. 3. Проведение физкультурно-оздоровительных

	<p>мероприятий и закаливания (физкультурные занятия на воздухе, при открытых окнах).</p> <p>4. Формирование у детей: основ здорового образа жизни, двигательных умений и навыков; оптимальной двигательной активности в коллективных и самостоятельных видах деятельности; валеологической культуры, осознанного освоения программы оздоровления.</p>
Воспитатель	<p>1. Обеспечение психологического комфорта каждому ребёнку в группе.</p> <p>2. Проведение оздоровительных мероприятий и формирование основ безопасности жизнедеятельности детей.</p> <p>3. Использование здоровьесберегающих технологий.</p> <p>4. Взаимодействие с родителями по физическому воспитанию, пропаганда ЗОЖ.</p> <p>5. Внедрение здоровьесберегающих технологий.</p>
Музыкальный руководитель	<p>1. Обеспечение развития эмоциональной сферы детей, певческого дыхания, речи детей.</p> <p>2. Включение в содержание занятий музыкальный материал о здоровье.</p> <p>3. Проведение консультаций для педагогов и родителей, на которых раскрывает влияние музыки на здоровье детей, даёт рекомендации по использованию музыки в семье.</p>
Педагог-психолог	<p>1. Внедрение здоровьесберегающих технологий.</p> <p>2. Коррекция отклонений в психическом развитии.</p>
Учитель-логопед (дефектолог)	<p>1. Внедрение здоровьесберегающих технологий.</p> <p>2. Коррекция отклонений в речевом развитии детей.</p>
Шеф-повар	<p>1. Контроль за соблюдением технологии приготовления блюд рационального питания.</p>
Младший воспитатель	<p>1. Соблюдение санитарно – охранительного режима;</p> <p>2. Помощь педагогам в организации физкультурно – оздоровительных мероприятий.</p>
Родители (законные представители)	<p>1. Ознакомление с результатами диагностики физической подготовленности детей.</p> <p>2. Участие в спортивных мероприятиях.</p> <p>3. Обмен опытом работы с детьми в домашних условиях.</p>

12. Социальный эффект от реализации программы

Подготовка определённого спектра авторских программ и инструктивно-методических материалов по организации инновационной здоровьесберегающей деятельности, способных удовлетворить широкие образовательные запросы детей, родителей и общества, обоснованных с точки зрения своей целесообразности, позволит воспринимать ДОУ как образовательное учреждение, обеспечивающее устойчивый качественный уровень образовательных услуг, демонстрирующее социальную значимость и ценность работы на внутренние и внешние целевые аудитории.

Перспектива:

Портрет идеально здорового ребенка:

- ✓ Прежде всего, если он и болен, то очень редко и ни в коем случае не тяжело.
- ✓ Он жизнерадостен и активен, доброжелательно относится к окружающим его людям - взрослым и детям.
- ✓ Положительные эмоциональные впечатления преобладают в его жизни, тогда как отрицательные переносятся им стойко и без вредных последствий.
- ✓ Развитие его физических, прежде всего двигательных качеств, проходит гармонично. Нормальный, здоровый ребенок (это самое главное) достаточно быстр, ловок и силен.
- ✓ Неблагоприятные погодные условия, резкая их смена, здоровому ребенку не страшны, так как он закален, его система терморегуляции хорошо тренирована. Поэтому, как правило, он не нуждается в каких-либо лекарствах.
- ✓ Благодаря рациональному питанию и регулярным занятиям физкультурой такой ребенок не имеет лишней массы тела. (Ю.Ф. Змановский)

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН

основных видов деятельности по приобщению дошкольников к здоровому образу жизни

Младшая группа

М-Ц	Приём детей	Водные процедуры	Организованная образовательная деятельность	Прогулка	Совместная деятельность во вторую половину дня
сентябрь	<i>Беседа</i> «Как самочувствие?» Цель: учить самостоятельно следить за своим здоровьем	<i>Практическое упражнение</i> «Умывание прохладной водой - это важно»	<i>ЗОЖ</i> «Кто мы, какие мы?» Цель: познакомить со строением тела человека и пространственным расположением его частей. Познакомить с признаками пола. Учить сравнивать, обобщать. Пополнить активный словарь. Познакомить с символами	<i>Упражнение</i> «Одеваем куклу на прогулку»	<i>Беседа</i> о пользе утренней гимнастики. Цель: дать знания о мышцах <i>Развлечение по ФИЗО</i>
	<i>Дигра</i> «Поможем Нюше накрыть стол к завтраку» Цель: воспитание КГН <i>Сравнение с предметным и животным миром, обобщение:</i> Как и у меня у моих животных - у кошки, собаки, есть глаза, рот, нос, уши..	<i>Худ. слово:</i> «Ай, лады, лады, лады. Не боимся мы воды. Чисто умываемся, друг другу улыбаемся»	<i>Д/и</i> «Собери человечка», «угадай, кто это?»	<i>Д/и:</i> «Вижу, вижу» Цель: учить ребенка следить за действиями ведущего, подражать ему.	<i>Упражнения, ситуации-загадки</i> - закрыть глаза и рассказать, что ты увидел вокруг себя, объяснить, почему нечего ответить; - посмотреть на предмет и описать его, затем взять в руки, обследовать, повторить рассказ с добавлением. Воспитатель объясняет,

					почему рассказ стал полнее, какие органы чувств помогли ребенку.
	Беседа «Как введут себя послушные дети?» Воспитывать правила здоровьесбережения Ситуация-загадка «Как бы ты поступил, если...»	Практическое упражнение «Как мы моем ладошки и отжимаем ручки»	Д/у «Поиграй-ка в Угадай - ку» Цель: дать детям понятие о вкусовых ощущениях с завязанными глазами и какие органы участвуют в этом? Д/И «Чудесный мешочек»	Упражнение: «Покажем ёжику, где лежат наши вещи»	Беседа «Почему мы делаем точечный массаж» Упражнение: «Мыльные пузыри» Дыхательная гимнастика с/р игры «Накорми куклу кашей»
октябрь	Д/и «Разложи всё правильно», «Кому что нужно?» Беседа «Для чего нам нужны зубки и как за ними ухаживать?»Цель: познакомить с правилами гигиены зубов	Худ. слово: Кто умеет чисто мыться? Кто водицы не боится? Это мы, это мы, не боимся мы воды! Кто не хочет быть грязнушкой? Хорошенько моет ручки? Это мы, это мы, не боимся мы воды!	Д/и «Мы ждём гостей Д/и «Я узнаю себя» Цель: упражнять в нахождении частей своего тела»	Д/и по ЗОЖ «Определи, где звенит колокольчик». Цель: развивать слуховое внимание	Д/и «Большие и маленькие ноги» Цель: учить выполнять действия по сигналу в разном темпе, создавая образы маленьких и больших ног. с/р игра «Хозяюшка» Развлечение по МУЗО
ноябрь	Беседа «Будь здоров» Цель: дать знания о необходимости ухаживать за своим телом и держать его в хорошем состоянии Д/и «Скажи тихо, громко»	Практические упражнения «Поучимся помогать товарищу»	ЗОЖ «Водичка, водичка, умой моё личико». Цель: закрепить у детей навыки умывания, знания предметов туалета и их назначения, правила поведения при умывании. Воспитывать КГН.	Упражнение: «Туфельки поссорились и помирились» П/и «Кот и мыши»	Беседа «Сам собою полюбуюсь». Цель: воспитывать КГН Упражнения: закрыть один глаз и спросить: «Удобно ли смотреть одним глазом?» с/р игры «Мы ждём гостей»

	Цель: учить регулировать дыхательные процессы				
	Беседа «Как правильно сидеть за столом?» Цель: закрепить знания о правильной осанке Д/и «Кто как передвигается?», «Как бы ты поступил»	Худ. слово: « <i>Маши, мой лицо и шейку, мойся мылом хорошенько. Воду ты не разливай, сухо ручки вытирай</i> »	Познавательное «В гостях у Мойдодыра» Цель: формировать у детей КГН Худ. слово: К. Чуковский «Мойдодыр»	Беседа «Чтобы быть здоровым – нужно чаще гулять, дышать чистым воздухом» Цель: дать детям представление о пользе ежедневного пребывания на свежем воздухе. <i>Инд. работа по ФИЗО</i>	Д/и «Чудесный мешочек» Цель: упражнять в определении предметов на ощупь с/р игра «В гостях у матрёшки» Развлечение по МУЗО
	Беседа и рассматривание иллюстраций на тему «Как умываются звери» Цель: продолжать воспитывать КГН Д/и «Подбери обувь для Маши»	Худ. слово: <i>Ростом он не велик Этот самый зайчик А умоемся сейчас Как примерный мальчик. Под студёную струю сунет мордочку свою Чтоб она с утра была И румяна и бела</i>	ЗОЖ «Наш помощник- носовой платок» Цель: формировать навык пользования носовым платком. Приучать при чихании и кашле рот прикрывать носовым платком	Упражнение: сделаем из носочка гармошку Наблюдение за прохожими в зимней одежде	Практическое упражнение «Подыши на зеркало» Цель: закрепить навык правильного дыхания Д/и «Угадай, кто позвал»
декабрь	Беседа о вкусной и здоровой пище Д/и «Отгадай, что это?» Ситуация «Как заяка учился ложку держать»		Ситуация: поранил руку, что нужно делать? Цель: учить самостоятельно искать выход из трудных ситуаций для поддержания	Д/и: «Вижу, вижу» Цель: учить ребенка следить за действиями ведущего, подражать ему.	Беседа «Не хочу быть неряхой» Цель: воспитывать КГН Упражнение «Что изменилось?» Цель: развивать память, внимание

	Цель: продолжать воспитывать КГН		своего здоровья	Инд. работа по ФИЗО	<i>Д/и</i> «Сложи картину, кубики» Развлечение по МУЗО
январь	Беседа «Подружись с расчёской» Цель: закрепить КГН <i>Д/и</i> «Кто позвал», «Определи по звуку»	Ситуация «Зачем стричь ногти на руках» Цель: закрепить навык замечать недостатки в своём внешнем виде	ЗОЖ КАК СОХРАНИТЬ ХОРОШЕЕ ЗРЕНИЕ 1. ДЛЯ ЧЕГО ЧЕЛОВЕКУ ГЛАЗА? ЧТОБЫ ГЛАЗА ХОРОШО ВИДЕЛИ «Как правильно одеваться на прогулку». Цель: усвоение процесса одевания как одно целое, одеваться в соответствии с t воздуха	Упражнение «Посмотрим в зеркало, как аккуратно мы одеты» Ситуация «Почему нельзя брать снег в рот?»	Беседа «У нас всё в порядке» Цель: учить заботиться о своём здоровье, не вредить своему организму. Упражнение «Покажем игрушкам, какие мы аккуратные» Цель: продолжать воспитывать КГН Развлечение по ФИЗО
	Беседа « Как правильно жевать?» Цель: дать детям знания о том, что пищу надо тщательно пережёвывать. Ситуация «Как Мишка учился вилку держать» Цель: закрепить КГН	Худ. слово <i>Зайка умывается</i> <i>На праздник собирается</i> <i>Вымыл носик,</i> <i>Вымыл ухо</i> <i>Вытер сухо.</i> <i>Надел бантик –</i> <i>Стал он франтик</i>	ЗОЖ КАК СОХРАНИТЬ ХОРОШЕЕ ЗРЕНИЕ 2. ПРО ОЧКИ. <i>Д/и</i> «Поможем зверюшкам накрыть стол к обеду» Цель: закрепить умение сервировать стол в зависимости от блюд	Худ. слово «Прогулка» Инд. работа по ФИЗО Игра малой подвижности «Разное настроение» Цель: учить детей изображать мимикой разные эмоциональные состояния	Ситуации-загадки - закрыть один глаз и спросить «Удобно ли смотреть одним глазом?»; Пальчиковая гимнастика Цель: развивать мелкую моторику рук <i>Д/и</i> «Большие и маленькие ноги» Цель: учить выполнять действия по сигналу в разном темпе, создавая образы Ситуация «Почему нельзя в группе кричать?»
февраль	Беседа «Подружись с зубной щёткой». Цель: продолжать знакомить с правилами личной гигиены. Практическое упражнение «Откуси и посмотри на отпечаток».	Беседа «советы доктора воды»: без чего засохнут деревья? Как умывается кошка? Зачем моется человек? Цель: закрепить	ЗОЖ АЧЕМ ЧЕЛОВЕКУ ЯЗЫК? КАК СОХРАНИТЬ ЗУБЫ ЗДОРОВЫМИ. 1. ЗАЧЕМ НАМ ЯЗЫК? КРЕПКИЕ- КРЕПКИЕ ЗУБКИ» Познавательное «Правила	Упражнение: поучимся застёгивать пуговицы	Беседа «Что мы оденем, если будет дождь, снег, солнце?» Цель: закрепить знания о назначении одежды Упражнение: поучим Ньюшу шнуровать ботинки Цель: развивать мелкую моторику рук «Мои помощники – глаза» Цель:

	Цель: закрепить знания о зубах и гигиене полости	правила личной гигиены	поведения за столом для воспитанных детей» Цель: закрепить правила поведения за столом Упражнение «Угостим куклу Машу обедом»		закрепить полученные знания бережного отношения к органам зрения
	<i>Беседа</i> «Витамины укрепляют организм» Цель: познакомить детей с понятием «витамины» Ситуация: «Покажи Крошу, как правильно расставить игрушки, убрать строительный материал» Цель: воспитывать желание находиться в комфортных условиях	<i>Худ. слово:</i> Водичка, водичка, умой моё личико. Чтобы глазки блестели, чтобы щёчки краснели, чтоб смеялся роток, чтобы рос зубок	ЗОЖ ЗАЧЕМ ЧЕЛОВЕКУ ЯЗЫК? КАК СОХРАНИТЬ ЗУБЫ ЗДОРОВЫМИ. 2.КАК УХАЖИВАТЬ ЗА ЗУБАМИ.	<i>Точечный массаж</i> Цель: профилактика простудных заболеваний	<i>Д/и по ЗОЖ</i> «Собери человечка» продолжать учить называть части тела <i>Д/и</i> «Громкая и тихая музыка» Цель: развивать слуховое внимание <i>Развлечение по МУЗО</i>
	<i>Беседа</i> «Наши друзья – витамины» (овощи, фрукты, ягоды) Цель: дать детям знания о витаминах и их пользе Рассматривание картинок, иллюстраций и фотографий с изображением животных и человека на разных стадиях развития	<i>Беседа</i> «Как правильно намылить ручки» Цель: закрепить правила личной гигиены	ЗОЖ МОИ ЗАЩИТНИКИ: КОЖА, НОГТИ, ВОЛОСЫ. 1МОИ ЗАЩИТНИКИ. ЧТО МОЖНО ЧУВСТВОВАТЬ КОЖЕЙ	<i>Ситуация:</i> почему мы застегиваем сандалии?	<i>Беседа</i> «Содержи кожу в чистоте» Цель: закрепить представления о пользе умывания - только чистая кожа защитит организм от микробов <i>Упражнение:</i> «В гости к смешарикам» Цель: продолжать воспитывать КГН <i>Развлечение по ФИЗО</i>
март	<i>Д/и</i> « Узнай по запаху» <i>Ситуация:</i> « Расскажем Совушке, как правильно	<i>Худ. слово:</i> Петушок кота любил, Петушок	ЗОЖ МОИ ЗАЩИТНИКИ: КОЖА, НОГТИ,	<i>Беседа</i> «Носики – курносики» Цель: закрепить знания о	<i>Д/и</i> « Кто позвал?» Цель: развивать слуховое внимание С/р игра «Дочки – матери»

	<p>кушать» <i>Загадки</i> про очки. <i>Гимнастика</i> для глаз</p>	<p>кота учил: Если ты с мячом играл, Если клеил, рисовал, Если ты копал песок. Загрязнить ты лапки мог. Ты всегда перед едой лапки чисто с мылом мой.</p>	<p>ВОЛОСЫ. 2.УХАЖИВАЙ ЗА СОБОЙ. Игра « Мой дружок – носовой платочек» Цель: закрепить навыки пользования носовым платком</p>	<p>том, как следует дышать, чтобы воздух поступал чистым и согретым</p>	<p><i>Гимнастика</i> для глаз</p>
апрель	<p>Упражнение «Угадай-ка» <i>Цель: дать необходимые знания об обонянии и участии запахов в нашей жизни</i> Артикуляционная гимнастика.</p>	<p><i>Беседа</i> «Как правильно вытирать руки» Цель: закрепить правила личной гигиены <i>Худ. слово</i> Умываться мы умеем, мы мочалкой моем шею. И вот так, и вот так, и вот так! Чтобы чисто вымыть ножки, мы помылим их немножко. И вот так, и вот так, и вот так! Мы помылись как большие, вот мы чистые какие! Посмотри, Посмотри, Посмотри!</p>	<p>ЗОЖ ВНУТРЕННИЕ ОРГАНЫ 1.РОВНАЯ СПИНА. ГЛАВНЫЙ МОТОРЧИК ЧЕЛОВЕКА. <i>Ди</i> «Шкафчик» Цель: развивать зрительную память</p>	<p><i>наблюдения</i> за животными и птицами, за своими движениями и сверстников: сравнение скорости движения, пройденного расстояния, прослеживание траектории движения с движением на горках, фиксация точек начала и окончания движения</p>	<p><i>Худ. слово</i> «Мы с мамой», «Моя бабушка», «Пальчики- мальчики» <i>Дигры</i> по ЗОЖ «Как мы устроены» Цель: закрепить умение находить части тела , «Мы слушаем музыку» - определить характер музыки, какому соответствует настроению. Развлечение по МУЗО</p>

	<i>Исследование</i> поверхности разных предметов и экспериментирование с их движением по дорожкам разной гладкости		ЗОЖ ВНУТРЕННИЕ ОРГАНЫ 2.КАК МЫ ЕДИМ	Беседа: «Если кожа повреждена» Цель: дать детям знания о правилах ухода за кожей, об оказании первой помощи Худ. слово стих. С. Капустина «Хлюп-хлюп»	с/р игры «Строители», «Водители». Ди «Чудесный мешочек» Цель: упражнять в Определении предметов на ощупь. Худ. слово стих. О.Бендарева «Если бы...»; К. Чуковский «Айболит» Ди «Найди самый большой и самый маленький предмет» . «Назови всё, что круглое» Цель: развивать внимание Развлечение по МУЗО
май	Игра малой подвижности «Разные настроения» Цель: учить изображать мимикой разные эмоциональные состояния	Практическое упражнение «Научим Хрюшу умываться» Цель:закрепить КГН	ЗОЖ ПРАВИЛА НА ВСЮ ЖИЗНЬ 1.СОЛНЦЕ, ВОЗДУХ И ВОДА - НАШИ ЛУЧШИЕ ДРУЗЬЯ. «Ушки на макушке» Цель: формировать представление о значении органов слуха для человека и животных, воспитывать бережное отношение к ним. Ди «Угадай, чьё ухо», «Береги ушки»	наблюдения за животными и птицами Худ. слово «Мы с мамой», «Моя бабушка»,	Рассматривание сюжетных парных картинок (дидактических карточек «Мой организм»).Составление рекомендаций на основе иллюстраций. Игры-драматизации Худ. слово .; потешка «Босые ножки бегут по дорожке»; Развлечение по ФИЗО
	Дигры по ЗОЖ Ди «Зеркало» Цель: учить ребенка внимательно наблюдать за движениями взрослого и подражать ему.	Практическое упражнение «Надуем мыльные пузыри»	ЗОЖ ПРАВИЛА НА ВСЮ ЖИЗНЬ 2.В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ – ЗДОРОВЫЙ ДУХ	Ситуация «Почему летом одеваемся легко, а зимой - тепло» Цель: формирование сознательного здоровьесберегающего поведения на прогулке	Дигры по ЗОЖ «Чудесный мешочек», «Что ты съел», «Узнай по запаху», Худ. слово Чтение потешек, стихов, пословиц, загадок «Встали пальчики »

				Худ. слово «Пальчики-мальчики»	
--	--	--	--	--------------------------------	--

Средняя группа

	Приём детей	Водные процедуры	Организованная образовательная деятельность	Прогулка	Совместная деятельность во вторую половину дня
сентябрь	<p><i>беседа</i> «На зарядку становись» <i>Дигра</i> «Разложи правильно», «Кому что нужно»</p>	<p><i>беседа</i> «Умывание прохладной водой - это важно»</p>	<p>ВОТ Я КАКОЙ. 1. Я - человек. Я и природа.</p>	<p><i>Игра</i> «Изобрази с помощью пантомимы летний вид спорта (футбол, бокс, плавание, худ. гимнастика, фехтование)» <i>Д/и</i> «Друзья твоей кожи»</p>	<p><i>Ситуация</i> – загадка: художник перепутал инвентарь спортсменов. Попробуйте найти и исправить ошибки</p>
	<p><i>Рассматривание иллюстраций о различных видах спорта</i> <i>Дигра</i> «Как бы ты поступил?»</p>	<p><i>Практическое упражнение, используя худ. слово:</i> грязь – не сало: помыл и отстало</p>	<p>2. Что такое здоровье? Познавательное занятие с дид. куклой «Купание куклы Тани»</p>	<p><i>Игра</i> «Изобрази с помощью пантомимы зимний вид спорта (хоккей, лыжный спорт, фигурное катание, конькобежный спорт)»</p>	<p><i>Беседа</i> «Личная гигиена детей» <i>С/р игра</i> «В гостях у Айболита» <i>Опыты, эксперименты</i> (что будет, если не умываться целый день?)</p>
октябрь	<p>Беседа «Чистота – залог здоровья» <i>Дигра</i> «Подбери обувь для Маши», «Отгадай, что это?» «Кто позвал?»</p>	<p><i>беседа</i> «Чистота – залог здоровья»</p>	<p>ЧТОБЫ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ. 1. Я и мое здоровье. <i>Что помогает мне быть здоровым?</i> беседа</p>	<p><i>Игра</i> «Зеркало» <i>Цель:</i> учить ребенка внимательно наблюдать за движениями взрослого и подражать ему.</p>	<p><i>беседа</i> «Полезные и вредные привычки» <i>Самомассаж</i> лица и шеи, массаж ладоней. <i>Дыхательная гимнастика.</i> <i>Массаж ушных раковин.</i></p>

	<i>Дигра</i> «Определи по звуку», «Скажи тихо, громко» «Определи, где звенит колокольчик»	Практическое упражнение «Раз, два, три, ну-ка повтори!»	2. Надо, надо умываться по утрам и вечерам... Зачем нужны врачи?	<i>Игра</i> «Холодно – горячо» «Опиши предмет на ощупь»	<i>Массаж</i> ладоней, самомассаж лица и шеи.
ноябрь	<i>Беседа</i> «Наши верные друзья» <i>Ди</i> «Разложи правильно», «Незнайка в гостях»	<i>Худ. слово.</i> С. Афонькин «Почему щиплет мыло?»	НАШИ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ. 1. Зачем мы дышим? Что еще умеет нос? <i>Беседа</i> «Узнай по запаху» (мыло, лекарство, духи, зубная паста, шампунь)	<i>Игра</i> «Узнай по описанию» <i>Дигра</i> «Друзья, подружки» <i>Экспериментирование</i>	<i>Ср игра</i> «Хозяюшка» <i>Ди</i> «Пластилиновый человек».
	Просмотр иллюстраций «Уроки Мойдодыра» <i>Ди</i> «Я узнаю себя» Цель: упражнять в нахождении частей своего тела	<i>Игровое упражнение</i> «Надуем мыльный пузырь»	2. Для чего мы дышим?	<i>Игра</i> «Угадай, что я делаю?»	<i>Ср игра</i> «В гостях у Мойдодыра»
декабрь	<i>Беседа</i> «Для чего нам уши?» <i>Ди</i> «Незнайка в гостях» <i>Ди</i> «Шкафчик» Цель: развивать зрительную память	<i>Практическое упражнение</i> массаж дёсен	НАШИ ОРГАНЫ СЛУХА. 1. «Слышит кошка, слышит человек».	<i>Игры:</i> -«Определи на ощупь»; -«Найди пару». Пи	<i>Игра малой подвижности</i> «Тишина»: закрыть ладошками оба уха «Что ты слышишь?»
	<i>Ди</i> «Кому что нужно»		2. Чтобы уши слышали.	<i>Игра малой подвижности</i> «Разные настроения» Цель: учить изображать мимикой разные эмоциональные состояния	<i>Артикуляционная гимнастика.</i> <i>Игра:</i> «Капризная принцесса». <i>ср игра</i> «Хозяюшка»

	Ситуация-загадка «Как бы ты поступил, если..»	Худ. слово С. Афонькин «Почему щиплет мыло?»	КАК СОХРАНИТЬ ХОРОШЕЕ ЗРЕНИЕ. 1. Роль зрения в жизни человека.	<i>Наблюдения за своими движениями и сверстников: сравнение скорости движения, пройденного расстояния, прослеживание траектории движения с движением на горках, фиксация точек начала и окончания движения</i> беседа «Зимние игры и забавы»	Беседа «Почему я вижу?» с/р игра «Накорми куклу кашей». Игра «Поиграем с пчёлкой» - следить за полётом только глазами
январь	Беседа «Что такое витамины» Д/и «Кто как передвигается?»		2. Чтобы глаза хорошо видели. Про очки.	Д/и «Четвёртый лишний», «Съедобное - несъедобное»	Упражнения - закрыть глаза и рассказать, что ты увидел вокруг себя, объяснить, почему нечего ответить; с/р игра «В гостях у Матрёшки»»,
февраль	Худ. слово: К. Люцис «Ребятам про зубы»		ЗАЧЕМ ЧЕЛОВЕКУ ЯЗЫК? КАК СОХРАНИТЬ ЗУБЫ ЗДОРОВЫМИ? 1. Для чего нужен язык?	П/и «Мальчик справа-девочка слева» Игра «Похлопайте тихо, похлопайте громко, потопайте тихо, потопайте громко»	Рассматривание схем «как сохранить здоровые зубы» с/р игра «Стоматологическая поликлиника» Загадки. Пословицы, поговорки о языке.

	<i>Беседа</i> «Наши верные друзья»	<i>Практическое упражнение</i> : полоскание полости рта после приёма пищи	2.Крепкие- крепкие зубы. Как сохранить зубы крепкими?	Инд. работа по ФИЗО Экспериментирование с движением на горках, фиксация точек начала и окончания движения	С/р игра «У зубного врача» Ситуации-загадки - посмотреть на предмет и описать его, затем взять в руки, обследовать, повторить рассказ с добавлением. Воспитатель объясняет, почему рассказ стал полнее, какие органы чувств помогли ребёнку.
март	<i>Беседа</i> «Что я знаю о себе» <i>Рассматривание иллюстраций</i> «Наш организм»		МОИ ЗАЩИТНИКИ: КОЖА, НОГТИ, ВОЛОСЫ. 1. «Мои защитники». Что можно почувствовать кожей?	<i>Дигра</i> «Вижу, вижу» Цель: учить ребёнка следить за действиями ведущего, подражать ему.	<i>Артикуляционная гимнастика.</i> <i>с/р игра</i> «Мы ждём гостей»
	<i>Ди</i> «Назови части тела»		2.Как нужно ухаживать за кожей?	<i>Игра</i> «Волшебная кожа человека»	<i>Худ. слово</i> стих. О.Бендарева «Если бы...»; К. Чуковский «Айболит», потешка «Босые ножки бегут по дорожке»; стих. С. Капустина «Хлюп- хлюп»
апрель	<i>Беседа</i> «Секрет витаминов» Экспериментирование: предложить ребёнку согнуться и пройти по группе, а потом расправить плечи и выполнить то же самое. В каком положении легче выполнить задание?		ВНУТРЕННИЕ ОРГАНЫ. 1.Красивая осанка.	Наблюдения за прохожими . Какие изменения произошли во внешнем виде, чем это можно объяснить? Вывод – одежда защищает организм ребёнка <i>Практическое упражнение</i> «Проверь свою осанку»	Беседа «Почему я слышу?» <i>Ди</i> «Как мы устроены» Цель: закрепить умение находить части тела <i>Ди</i> «Кто позвал?» Цель: Развивать внимание. <i>Ди</i> «Зеркало» Цель: учить ребёнка внимательно наблюдать за движениями взрослого и подражать ему.

	<i>Рассматривание</i> картинок, иллюстраций и фотографий с изображением животных и человека на разных стадиях развития		2.Зачем человеку сердце? О правильном приеме пищи.	<i>Опыты:</i> послушать, как бьётся сердце. Предложить пройти быстрым шагом по площадке и снова послушать. Что изменилось?	<i>Д/игра</i> «Определи по звуку», «Угадай, кто позвал», «Чудесный мешочек», «Что ты съел», «Узнай по запаху»,
май	<i>Экспериментирование с продуктами</i> комплекс для оптимизации пищеварения. <i>Д/и</i> «Полезные советы оловянного солдатаика»		ПРАВИЛА НА ВСЮ ЖИЗНЬ. 1. «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья». 2.В здоровом теле – здоровый дух.	<i>наблюдения</i> за своими движениями и сверстников: сравнение скорости движения, пройденного расстояния, прослеживание траектории движения.	гимнастика для глаз; <i>Худ. слово</i> Чтение потешек, стихов, пословиц, загадок «Встали пальчики», «Мы с мамой», «Моя бабушка», «Пальчики- мальчики»

Старшая группа

	Приём детей	Организованная образовательная деятельность	Прогулка	Совместная деятельность во вторую половину дня
сентябрь	<i>беседа</i> «ЗДОРОВЬЕ В ПОРЯДКЕ СПАСИБО ЗАРЯДКЕ» Артикуляционная гимнастика	ВОТ Я КАКОЙ 1. Человеческий организм. Я и природа.	<i>Д/игра</i> «Отгадай, чей голос», «Веселая гимнастика» <i>П/и</i> на формирование правильного дыхания <i>Д/игра</i> - «Зачем нужны глаза, уши и т.д.» <i>П/и</i> на профилактику плоскостопия	<i>Д/игра</i> «Полезно-вредно» <i>Худ. слово</i> - Е.Пермяк «Как Маша стала большой». <i>С/р</i> игра Фитнес-клуб <i>Худ. слово</i> -А.Барто «Девочка чумазая». -К.Чуковский «Мойдодыр».
	<i>Практические упражнения</i> – ОРУ на все группы мышц <i>Индивидуальная</i>	2.Здоровый образ жизни.	<i>Д/игра</i> - «Угадай по описанию»; - «Чей голос?»; «Умею - не умею». <i>П/и</i> на формирование правильной осанки <i>Д/игра</i> «Угадай, что он	<i>Худ. слово</i> -Е.Долина «Мне пять лет». -Е.Ушан «Большой я или нет?» -А.Барто «Я расту».

	<i>работа в физкультурном уголке – работа по профилактике плоскостопия</i>		чувствует», «Четвертый лишний», «Чудесный мешочек»; Игры с элементами спорта (городки, футбол) П/и на формирование правильного дыхания	С/р игра «Спа-салон»
октябрь	Дигра «Знаешь ли ты?» беседа «Значение лука и чеснока для предупреждения и лечения простудных заболеваний»	ЧТОБЫ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ. 1. Я и мое здоровье. Гигиена в моей жизни.	Дигра «Придумай движения» - разгадывание кроссворда «Мой организм»; П/и на формирование правильного дыхания	Дигра «Не так, а как?» Худ. слово -И.Мазнин «Утренние стихи»; С/р игра «Центр медицины»
	Инд. работа в физкультурном уголке – выполнение задания инструктора по физкультуре	2. Зачем нужны врачи. Чтобы быть здоровым.	Инд. работа по ФИЗО (по заданию специалиста) П/и на формирование правильной осанки- разгадывание кроссворда «Что сначала, что - потом». П/и на профилактику плоскостопия	Испыт. лаборатория. Д/и «Это я, это я, это все мои друзья» Худ. слово -Е.Благинина «Аленушка»; -Э. Машковская «Приказ».
ноябрь	Дигра «Здоровый мозг» беседа «ЗАЧЕМ ЧЕЛОВЕКУ ОДЕЖДА?»	НАШИ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ. 1. Зачем мы дышим. Что еще может делать нос?	П/и на формирование правильного дыхания П/и на формирование правильной осанки	Худ. слово -А.Прокофьев «Вечером»; С/р игра «Центр медицины» Рассматривание в микроскоп капли воды
	Пальчиковая гимнастика Д/и «Воздушный футбол», «Шаги воздуха в организме»	2. Для чего мы дышим.	Дигра «Научись быть сильным» -дыхательная гимнастика; -сауна-массаж; Игра «Воздушный футбол»; П/и на профилактику плоскостопия	С/р игра Фитнес-клуб Худ. лит-ра -С.Михалков «В парикмахерской»; -Э.Успенский «Страшная история»; Практическое упражнение «Бусы из чеснока и лука»

декабрь	<p>Самомассаж, Загадки с грядки <i>Ди</i> «Угадай мелодию»</p>	<p>НАШИ ОРГАНЫ СЛУХА. 1. Слух животных и слух человека. Зачем нам уши?</p>	<p>-«Кто счастливый?». -«Отгадай, когда человеку легче дышится»; -«Шаги воздуха в организме». Игры с элементами спорта</p>	<p>Игры – драматизации по произведению К.Чуковского «Мойдодыр» Худ. слово -Е.Благинина «Простокваша»; -П.Воронько «Спать пора». С/р игра Фитнес-клуб</p>
	<p>Инд. работа в физкультурном уголке (использование тренажеров в профилактике плоскостопия)</p>	<p>2. Гигиена органов слуха.</p>	<p>Пи на формирование правильной осанки <i>Практическое упражнение: закрепить правила передвижения по скользкой поверхности: мелкими шагами с опорой на переднюю часть стопы.</i></p>	<p>Худ. слово -Э.Машковская «Мой замечательный нос»; -Ю.Прокопович «Зачем носик малышам?». -В.Бианки «Чей нос лучше?»; -Н.Сладков «Ящуркин нос». Инд. работа по ФИЗО</p>
январь	<p>Дигра «Мое настроение» - «Определи по звуку»; -«Угадай, кто позвал?»; -«Хвастушка». Игровое упражнение: «Скажи тихо; громко. Когда лучше слышно и почему?» Опыты.</p>	<p>КАК СОХРАНИТЬ ХОРОШЕЕ ЗРЕНИЕ. 1. Роль зрения в жизни человека.</p>	<p>беседа «Зимние игры и забавы» игра м/п «По трудной дорожке» <i>Решение проблемно-практических ситуаций:</i> во время ходьбы детей по скользкой поверхности обратить их внимание на разные способы перемещения по льду и приводит к выводу о важности перемещения коротким шагом во избежание травм головы. Пи на формирование правильной осанки.</p>	<p>Худ. слово -Э.Машковская «Уши». Из подборки «Мои уши»: -звуки; -ночной лес; -путешествие маленького звука; -загадки, пословицы, поговорки С/р игра «Центр медицины».</p>
февраль	<p>Дигра - «Проверяем слух»; -«Не пропусти свой звук»;</p>	<p>ЗАЧЕМ ЧЕЛОВЕКУ ЯЗЫК? КАК СОХРАНИТЬ ЗУБЫ ЗДОРОВЫМИ? 1. Зачем человеку язык?</p>	<p>Задание на развитие глазомера Пи на профилактику плоскостопия</p>	<p>Изготовление атрибутов: мягких клубочков из ниток для бросания в даль, в цель, подбрасывания и ловли, перебрасывания ; Дигра «Одень куклу»</p>

	<i>Игровое упражнение:</i> «Определи, где звенит колокольчик».	2.Крепкие- крепкие зубы. Как сохранить зубы здоровыми.	<i>Д/и</i> «Посмотри и запомни» <i>П/и</i> на формирование правильного дыхания	<i>С/р игра</i> Фитнес-клуб Худ. слово -«Доктор Айболит»; -Р.Куликов «Мыло»; -В.Ланцетти «Петин гребешок»; -Э. Машковская «Мама и каша»;
март	Практическое упражнение «Как правильно чистить зубы»	МОИ ЗАЩИТНИКИ: КОЖА, НОГТИ, ВОЛОСЫ. 1.Моя «броня». Что мы чувствуем кожей.	<i>Решение проблемно-практических ситуаций:</i> обратить внимание детей во время игр на то, как они бросают мяч на прогулке в подвижных играх. Педагог и дети вспоминают и объясняют правила бросания мяча.	<i>Лаборатория</i> «Чистые зубы» - рассматривание полости рта, беседа о строении и уходе за зубами <i>Д/и</i> «Хорошо – плохо»
	<i>Д/и</i> «Вспомни и назови: правила ухода за кожей» <i>Инд. работа</i> в уголке «Здоровья» - профилактика плоскостопия	2.О правилах личной гигиены.	<i>Д/и</i> «Умею – не умею»	<i>Д/и</i> «Помоги себе сам» - правила ухода за собой <i>Опыт</i> – определить значимость расположения ушей на противоположных сторонах головы
апрель	<i>Беседа</i> «Золотые правила питания» <i>Д/и</i> «Кто что любит»	ВНУТРЕННИЕ ОРГАНЫ. 1.Красивая осанка.	<i>Игра – соревнование</i> «Кто больше?» <i>Оздоровительная минутка</i> «Этюд души» <i>Игровое упражнение</i> «Поговорим без слов»	<i>Д/и</i> «Полезные продукты» <i>С/р игра</i> «Юный кулинар»
	Миогимнастика <i>Д/и</i> «Угадай настроение» <i>Инд. работа</i> в уголке «Здоровья» - упр. На развитие силы рук с использованием нестандартного оборудования	2.Зачем человеку сердце. О работе пищеварительного тракта.	Игровое упражнение «Точный глазомер» <i>Оздоровительная минутка</i> «Сотвори солнце в себе» <i>Игры с элементами спорта</i>	Эксперимент «Как определить пульс и что это такое» (посчитать его до нагрузки и после) Худ. слово Г.Виеру «С добрым утром»; пословица «Крепким стать нельзя мгновенно, закаляйся постепенно»

май	<i>Беседа</i> «Если хочешь быть здоров» - <i>Д/и</i> «Не так, а как?»; «Знаешь ли ты?».	ПРАВИЛА НА ВСЮ ЖИЗНЬ. <i>1. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.</i>	<i>Игровое упражнение</i> «Послушай свой организм» <i>Оздоровительная минутка</i> – пройди по камушкам (что почувствовал?) <i>Игры – эстафеты</i> на развитие физ. качеств	<i>Д/и</i> «Угадай-ка» (полезные продукты) <i>Д/и</i> «Кто как умывается» <i>Худ. слово</i> С. Михалков «Про мимозу», «На прививку»
	<i>Д/и</i> «Да – нет» (о вредных привычках)	<i>2. В здоровом теле – здоровый дух.</i>	<i>Игры на тропе «Здоровей-ка»</i> - профилактика плоскостопия	<i>Игра м/п</i> «По трудной дорожке» <i>Д/и</i> «Это я, это я, это все мои друзья»

Подготовительная к школе группа

	Приём детей	Организованная образовательная деятельность	Прогулка	Совместная деятельность во вторую половину дня
сентябрь	<i>Загадки о частях тела</i> <i>Артикуляционная гимнастика</i> <i>инд. работа в физ. уголке</i> – профилактика плоскостопия	<u>ВОТ Я КАКОЙ</u> <i>1. Человеческий организм.</i> <i>Я и природа.</i>	<i>Д/и</i> «Придумай движение», «Весёлая гимнастика» <i>Инд. работа по ФИЗО</i>	<i>Д/и</i> «Полезно – вредно» <i>Худ. слово</i> В. Сухомлинский «Чёрные руки», Ю.Ермолова «Два пирожных» <i>Игра – имитация</i> «Умывание»
	<i>Дигра</i> «Посмотри и запомни» Игровые упражнения: -«Чьи глаза тебе помогут?»;	<i>2. Из чего я сделан</i>	<i>Д/и</i> «Отгадай, чей голос?», «Назови правильно» (вид спорта) <i>Игры с элементами спорта</i> <i>Оздоровительная минутка</i> «Животные на зарядке»	<i>Дигра</i> «Хорошо - плохо», «Придумай движение» <i>Худ. лит-ра</i> Е.Багрян «Маленький спортсмен» С/р игра «Центр медицины»
октябрь	<i>Беседа</i> «Чеснок и лук от семи недугов» - профилактика простудных заболеваний <i>Игровое упражнение:</i> «Определи, где звенит колокольчик».	<u>ЧТОБЫ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ.</u> <i>1. Я и мое здоровье.</i> <i>Гигиена в моей жизни.</i>	<i>Пальчиковая гимнастика</i> <i>Д/и</i> «Чудесный мешочек» <i>Д/и</i> «Не так, а как?» <i>Инд. работа по ФИЗО</i>	<i>Обсуждение пословицы</i> «Крепким стать нельзя мгновенно, закаляйся постепенно»

	-«Проверяем слух»; -«Не пропусти свой звук»;	2. Зачем нужны врачи Чтобы быть здоровым	<i>Разгадывание кроссворда «Мой организм» Дыхательная гимнастика Гимнастика для глаз</i>	<i>Опыты. Рассмотрение с помощью микроскопа капли воды Составить правила мытья рук для малышей</i>
ноябрь	<i>Гимнастика для глаз. Д/и «Воздушный футбол» Опыты.</i>	<u>НАШИ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ.</u> 1.Зачем мы дышим. Что еще может делать нос?	<i>Д/и «Придумай движения» Наблюдение за животными Д/и «Не пропусти свой звук» Игры – эстафеты Инд. работа по ФИЗО</i>	<i>Д/и «Витамины АВСД» Худ. лит-ра -М.Бородицкая «Краткое руководство по отращиванию длинных волос»; Д/и «Приготовь обед» (что нужно для этого)</i>
	<i>Д/игра «Шаги воздуха в организме», «Умею – не умею» Игра – имитация «Огород» Самомассаж</i>	2. Для чего мы дышим. Гигиена органов дыхания	<i>Разгадывание кроссворда «Что сначала, что потом?» Игровое упражнение «Кто быстрее наденет шапку?» Гимнастика для глаз</i>	<i>Разгадывание кроссворда «Мой организм» Д/и «Отгадай, когда человеку легче дышиться»</i>
декабрь	<i>Д/игра - «Чудесный мешочек»; -«Хорошо - плохо»;- «Найди пару». -«Отгадай букву на ощупь» -«Знаешь ли ты?»; -«Не так, а как?»; -«Знаешь ли ты?».</i>	<u>НАШИ ОРГАНЫ СЛУХА.</u> 1.Слух животных и слух человека. Зачем нам уши?	<i>П/и на формирование правильной осанки Д/и «Умею-не умею» Зимние игры и забавы Игра м/п «По трудной дорожке» Игровое упражнение «Скажи тихо-громко», «Кого лучше слышно и почему?»</i>	<i>Худ. лит-ра -В. Орлов «Хрюшка обижается»; -А.Кондратьева «Зеркало». -И.Демьянова</i>
	<i>Игровое упражнение: «Определи, где звенит колокольчик».</i>	2.Гигиена органов слуха.	<i>П/и на формирование правильного дыхания Игровое упражнение «Азбука правильной осанки</i>	<i>С/р игра «Центр медицины» Худ. лит-ра -О.Дриз -«Пять веснушек». «Замарашка»; -А.Барто, П.Барто «Девочка чумазая»;</i>

январь	<i>беседа «БЕРЕГИТЕ ЗРЕНИЕ» Рассматривание атласов, плакатов, видеозаписей</i>	<u>КАК СОХРАНИТЬ ХОРОШЕЕ ЗРЕНИЕ.</u> <i>1. Роль зрения в жизни человека.</i>	<i>Игры с элементами спорта</i> П/и на профилактику плоскостопия <i>Д/и «Определи по звуку»</i> <i>Задания на развитие глазомера.</i> <i>Д/и «Все помощники важны, все помощники нужны, а кому какой нужнее?»</i>	<i>Изготовление атрибутов:</i> разноцветных канатиков из пластмассовых пробок, нанизывая их на леску Цель: развитие мелкой моторики
февраль	<i>Беседа «Режим дня» артикуляционная гимнастика; Комплекс для оптимизации пищеварения.</i>	<u>ЗАЧЕМ ЧЕЛОВЕКУ ЯЗЫК? КАК СОХРАНИТЬ ЗУБЫ ЗДОРОВЫМИ?</u> <i>1. Зачем человеку язык?</i>	<i>Игровое упражнение</i> «Определи, где звенит колокольчик» <i>Д/и «Не пропусти звук»</i> <i>Игры «Узнай, кто как дышит?»</i> <i>Беседа «Зимние игры и забавы»</i> <i>Задания на развитие глазомера</i> П/и на формирование правильного дыхания	<i>Д/игра «Разложи карточки»</i> <i>Худ. слово</i> -Е.Пермяк «Язык и нос»; -С.Маршак «Одна дана нам голова...». <i>Игра м/п. «Быстрые ракеты»</i>
	<i>Д/игра «Шаги воздуха в организме» - загадки; - пословицы; - поговорки.</i>	<i>2. Крепкие- крепкие зубы. Как сохранить зубы здоровыми</i>	П/и на формирование правильной осанки <i>Д/и «Посмотри и запомни»</i> Зрительный диктант <i>Инд. работа по ФИЗО</i> <i>Игры с элементами спорта</i>	<i>Худ. лит-ра</i> - Я.Аким «Мыло»; -Г.Лагздынь«Ладушки»; -С.Капутикян«Куп, куп..»; -И.Демьянов «Замарашка».
март	<i>Загадки</i> о частях тела <i>Артикуляционная гимнастика</i> <i>инд. работа</i> в физ. уголке – профилактика плоскостопия	<u>МОИ ЗАЩИТНИКИ: КОЖА, НОГТИ, ВОЛОСЫ.</u> <i>1. Моя «броня».</i> <i>Что мы чувствуем кожей.</i>	П/и на профилактику плоскостопия <i>Д/и «Умею-умею», «Все помощники важны, все помощника важны»</i> <i>Д/и «Помоги себе сам»</i> (правила ухода за собой)	<i>Худ. слово</i> -Е.Багрян «Маленький спортсмен»; -Р.Куликова «Мыло»;
	<i>Д/игра - «Чудесный мешочек»;</i>	<i>2. О правилах личной гигиены.</i>	П/и на формирование	<i>Худ. слово</i>

	-«Хорошо - плохо»;- «Найди пару». -«Отгадай букву на ощупь»		правильного дыхания <i>Игр. упражнение</i> «Скажи тихо, громко, когда лучше слышно и почему» <i>Игровое упражнение</i> на развитие глазомера	-Э.Машковская «Приказ»; -М.Газиев «Утром». С/р <i>игра</i> «Центр медицины»
апрель	<i>Правила:</i> «Как беречь свое сердце?» <i>Ди</i> «Можно - нельзя» (полезные и вредные продукты питания)	<u>ВНУТРЕННИЕ ОРГАНЫ.</u> <i>1.Красивая осанка.</i>	<i>Дигра</i> «Проведи гимнастику» <i>Игра-соревнование</i> «Кто больше?» <i>Оздоровительная минутка</i> «Этюд души» <i>Пи</i> на формирование правильной осанки	<i>Худ. слово</i> А.Милн «Воспаление хитрости»; -И.Мазнин «Утренние стихи»; <i>Разгадывание кроссворда</i> «Моё здоровье»
	<i>Дигра</i> «Волшебная вата» «Послушай и повтори» (при правильной осанке): -голову надо держать прямо; -плечи развернуть; -мышцы не напряжены; -масса тела равномерно распределена на обе ноги.)	<i>2.Зачем человеку сердце.</i> <i>О работе пищеварительного тракта.</i>	<i>Игровое упражнение</i> «Поговорим без слов» <i>Игровое упражнение на развитие глазомера</i> <i>Игры с элементами спорта</i> <i>Пи</i> на формирование правильного дыхания	<i>Ди</i> «Что я надена в разное время года?» <i>Худ. слово</i> -Г.Виеру «С добрым утром»; -Р.Куликова «Мыло».
май	<i>Беседа</i> «Здоровье – это счастье» <i>Ди</i> - «Чудесный мешочек»; -игры на развитие мышления;	<u>ПРАВИЛА НА ВСЮ ЖИЗНЬ.</u> <i>1.Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья</i>	<i>Малые Олимпийские игры</i> «Стрельба по мишеням» <i>Игровое упражнение</i> «Держи осанку» <i>Дигра</i> «Оденься правильно» <i>Пи</i> на профилактику плоскостопия	<i>Худ. слово</i> -А.Барто «Я расту»; -К.Чуковский «Мойдодыр».
	-практические задания.	<i>2.В здоровом теле – здоровый дух.</i>	<i>Гонки на велосипедах</i> <i>Игровое упражнение</i> «Послушаем свой организм»	<i>Шефская помощь малышам</i> «Расскажи правила мытья рук»