

## План по здоровьесбережению в первой младшей группе

месяц	мероприятия
сентябрь	<p>1 младшая группа</p> <p>Беседа: "Наши любимые игрушки" - организовать беседу по знакомству детей с групповой комнатой, играми и игрушками, формировать основы безопасного поведения в группе, необходимости поддержания порядка.</p> <p>Д/и "Кто помогает соблюдать чистоту и порядок". Закрепить знания о труде младшего воспитателя и предметах для их труда; закреплять знания о правилах гигиены.</p>
октябрь	<p>Беседа "Правила личной гигиены"- Приучать детей самостоятельно мыть руки, лицо, расчесывать волосы, пользоваться носовым платком.</p> <p>Рассматривание иллюстраций, чтение художественной литературы "Утром чистя зубы, помни ты всегда, что зубная щетка только для тебя"- Закрепление знаний детей о предметах личной гигиены.</p> <p>.</p>
ноябрь	<p>Рассматривание иллюстраций о профессии врача, медсестры - дать представление детям о профессии, провести беседу о правилах поведения в кабинете врача.</p> <p>д/и "Витаминчики" - познакомить детей с названиями овощей и фруктов, чем полезны.</p>
декабрь	<p>Беседа о сезонных изменениях, об одежде - напомнить детям, о времени года, о том как нужно одевать, когда идешь на улицу.</p> <p>Д/и "Оденем куклу Таню на прогулку"- закрепить знания детей о предметах одежды и их назначении, развивать потребность в обращении с вопросами и просьбами к взрослым и старшим детям.</p> <p>"Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!" - напомнить детям о пользе прогулок.</p>

январь	Беседа "Ножки, ручки.." - напомнить детям о строение тела человека, гендерной принадлежности и отличии девочек от мальчиков (как одеваются, прически)
февраль	<p>Беседа "Утренняя зарядка" - напомнить детям о необходимости выполнять зарядку. Закреплять знание о роли органов чувств.</p> <p>Игра - ситуация "Правила поведения за столом" - посредством инсценировки закрепить знания детей о правилах поведения за столом, пользовании столовыми приборами и посудой. Как правильно есть пищу (не торопиться, тщательно все пережевывать, не толкать соседа и т.д.)</p>
март	Беседа "Чтобы быть здоровым, надо хорошо кушать" - Уточнить знания детей о полезных продуктах, их значении для здоровья и хорошего настроения.
апрель	<p>Беседа "Для чего нам сон" - расширять знания детей о пользе сна</p> <p>Д/и "Подготовка ко сну" - закреплять знания детей о постельных принадлежностях и их названиях и назначении (подушка, матрас, одеяло). Закреплять последовательность раздевания и развешивания одежды перед сном.</p> <p>Дыхательная гимнастика - профилактика простудных заболеваний, стабилизация психоэмоционального состояния.</p>
май	<p>Беседа "Весенняя пора" - напомнить детям о сезонных изменениях и необходимости одевать по сезону, о том чем полезно солнце и какой вред может нанести.</p> <p>Рисование "Яркое солнышко" - развивать мелкую моторику рук, воображение.</p>