

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ
ДЛЯ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ**

2022-2023 учебный год

2022 Месяц		
Сентябрь	<p>«Кто заботится о детях в детском саду».</p> <p>Цели: уточнить знания о работе сотрудников детского сада, закрепить названия профессий: воспитатель, помощник воспитателя, медсестра, повар, инструктор по физкультуре; дать понятие о том, что все взрослые в детском саду заботятся, чтобы детям было весело и интересно, чтобы они были здоровыми.</p>	<p>Беседа: «Как можно играть в игрушки», «Безопасность в группе». Рассмотреть с детьми различные ситуации, обсудить, какие места в группе и предметы могут стать опасными при условии нарушения дисциплины. Формировать у детей основы культуры безопасности.</p> <p>Д/и «Что где лежит». Закрепить знание о необходимости поддерживать порядок в группе; уточнить знания о расположении предметов в группе; закрепить представление о том, что содержание вещей в порядке помогает сохранить здоровье.</p>
Октябрь	<p>«Кукла Таня простудилась».</p> <p>Формировать навык пользования носовым платком. Приучать детей при чихании и кашле рот прикрывать носовым платком. Если кто-нибудь находится рядом, отвернуться. Закреплять знание о том, что при кашле и чихании необходимо прикрывать рот; упражнять в пользовании носовым платком.</p>	<p>Беседа: «Твой носовой платок». Продолжать учить детей основным приемам ухода за больным человеком; формировать чуткое и внимательное отношение к заболевшему; научить правильно пользоваться носовым платком, знать его назначение.</p>
Ноябрь	<p>Тема: «Умывание каждый день». Закреплять навыки детей в умывании, в знании предметов туалета и их назначении. Развивать наблюдательность, любознательность, познавать свойства воды. Воспитывать у детей культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть красивым, чистым, аккуратным, уважительно относиться к своему телу.</p>	<p>Д/и «Чистота и здоровье». Закреплять представления о необходимости соблюдать правила гигиены.</p> <p>Беседа «Чистота и здоровье». Развивать у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур.</p> <p>Чтение стихотворения А.Барто «Девочка чумазная», потешки «Водичка, водичка, умой мое личико».</p>

Декабрь	<p>«Как устроено тело».</p> <p>Ознакомить детей с тем, как устроено тело человека. Учить детей понимать значение отдельных частей своего тела: руки, ноги, голова, туловище. Объяснить детям, что с детства нужно заботиться о своем здоровье, знать свое тело, научить заботиться о нем.</p>	<p>Д/и «Как мы узнаем предмет». Закреплять знание о роли органов чувств.</p> <p>П/и «Жмурки». Упражнять детей в беге с увертыванием; закреплять умение двигаться с закрытыми глазами; формировать представление о роли зрения для человека.</p> <p>Упражнение «Покажи свой нос, глаза т.д.».</p> <p>Научить называть органы чувств в игровой и стихотворной форме: использование потешек: «Ножки, ножки», «Большие ноги шли по дороге».</p>
Январь	<p>«Если ты заболел».</p> <p>Учить детей проявлять заботливое отношение к своему другу Карлсону. Дать детям представление о диагностике, умении определить больные места, сознательно прислушиваться к своему организму, оказывать элементарную первую медицинскую помощь. Проявлять инициативу каждому ребенку.</p>	<p>Экскурсия в медицинский кабинет.</p> <p>Ситуация «Кукла Таня простудилась».</p> <p>СРИ «Как мы лечим куклу Таню», «Больница».</p> <p>Д/и «Оденем куклу на прогулку».</p> <p>Цели: закрепить названия зимней одежды; уточнить порядок одевания.</p>
Февраль	<p>«Экскурсия в кабинет врача».</p> <p>Познакомить детей с профессиями врача и медицинской сестры. Воспитывать уважительное отношение к сотрудникам детского сада. Развивать у детей наблюдательность. Учить детей полно отвечать на вопросы, находить как можно больше слов.</p>	<p>.</p> <p>Д/и «Кому что нужно». Закрепить знания детей о предметах, необходимых для работы врачу, повару, продавцу.</p> <p>Просмотр мультфильма «Быть здоровым здорово», серия «Смешарики». Формировать представления о составляющих здорового образа жизни, о значении физических упражнений, важности для здоровья сна.</p>
Март	<p>«Таблетки растут на ветке».</p> <p>Познакомить детей с понятием витамины. Закрепить знания об овощах и фруктах, об их значении в питании. Воспитывать у детей культуру еды, чувство меры. Развивать логическое мышление, внимание.</p>	<p>Беседы на тему «Что растет на грядке», «Во саду ли, в огороде». Уточнить знания детей о полезных продуктах, их значении для здоровья и хорошего настроения.</p> <p>Д/и «Узнай и назови овощи». Закрепить знание названий овощей, учить узнавать их по описанию воспитателя; продолжать формировать представление о пользе овощей для здоровья.</p>

<p>Апрель</p>	<p>«Как мы лечим жирафика». Воспитывать у детей бережное отношение к игрушкам, желание оказать больной игрушке посильную помощь. Развивать эмоциональную отзывчивость, испытывать разную гамму чувств от сочувствия другому до восторга своей причастности к доброму делу.</p>	<p>Игра-путешествие «Путешествие в страну Игрушки». Игры – этюды на произведения: «Я сама» М.Александрова «Что взяла – клади на место!» А.Барто «Лошадка». Е. Благина «Приходите – поглядите». Н.Глазкова «Мальчик Петя». Чтение сказки К.Чуковского «Айболит». Ситуация «Уронили Мишку на пол, оторвали Мишке лапу».</p>
<p>Май</p>	<p>«Здоровая пища». Помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания, еда должна быть не только вкусной, но и полезной.</p>	<p>Беседа «Чтобы быть здоровым, надо хорошо кушать». Уточнить знания детей о полезных продуктах, их значении для здоровья и хорошего настроения. Д/и «Разложи на тарелках полезные продукты». Закрепить обобщающие понятия «овощи», фрукты, упражнять в умении их дифференцировать.</p>