

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Одоевская средняя общеобразовательная школа имени В. Д. Успенского»
структурное подразделение детский сад «Сказка»
п. Одоев, ул. Л. Толстого, д.24-в, тел.4-17-90 email: skazka.odoev@tularegion.org**

**Перспективный план работы
с детьми по формированию основ ЗОЖ
во второй младшей группе**

Воспитатель:
Богомолова Е.В.

Одоев
2022

**Перспективный план работы по формированию основ
здорового образа жизни.**

<i>Месяц</i>	<i>Тема</i>	<i>Содержание и формы работы с детьми</i>
Сентябрь	ЗОЖ	<p>1. Игра - занятие «Формировать образ Я» Формировать элементарные навыки ухода за своим лицом и телом. Развивать представления о своем внешнем облике. Воспитывать чувство взаимовыручки, стремление оказывать помощь друг другу.</p> <p>2. Дигра «Кому это принадлежит» Цель: закреплять знания детей о предметах, необходимых для работы врачу, повару, продавцу.</p> <p>3. Сюжетно-ролевая игра «Больница» Цель: повышать знания детей о медицинских работниках и их работе, воспитывать уважение к их труду.</p> <p>4. Чтение К.Чуковский «Доктор Айболит»</p>
Октябрь	Полезные продукты	<p>1. Занятие «Что полезно, а что вредно» Цель: Уточнить знания детей о полезных продуктах, рассказать о пользе фруктов и овощей для здоровья человека.</p> <p>2. Дидактические игры «Что у меня на тарелке», «Варим суп» Цель: Закрепить название овощей и фруктов, умение узнавать их на ощупь и по описанию, упражнять в умении различать овощи и фрукты.</p> <p>3. С/рол. игра «Магазин» Цель: Закрепить название овощей и фруктов, воспитывать культуру поведения в общественных местах.</p> <p>4. Чтение Ю.Тувим «Овощи», Г.Зайцев «Приятного аппетита»</p> <p>5. Продуктивная деятельность Лепка «Огурчик» Цель: Учить детей изображать предметы овальной, закрашивать, не выходя за края. Закрепить знания о пользе овощей.</p> <p>6. Развлечение «Весёлые овощи»</p>
Ноябрь	Личная гигиена	<p>1.Беседа «Чумазый мальчик» Цель: Развивать у детей понимание о значимости гигиенических процедур.</p> <p>2.Дидактические игры «Зачем нам нужна зубная щетка», «Умоем куклу» Цель: Пополнять знания детей о зубной щетке, и других средствах личной гигиены. Формировать привычку к опрятности.</p> <p>3. С/рол. игра «Салон красоты» Цель: Формировать представления о профессии парикмахера, формировать навыки культуры общения, поведения.</p> <p>4. Чтение К.Чуковский «Мойдодыр», А.Барто «девочка чумахая», З.Александрова «Купание», потешки: «Расти коса до пояса», «Водичка водичка»</p>
Декабрь	Тело человека	<p>1. Беседа «Наше тело» Цель: Познакомить детей с частями тела, рассказать об органах чувств.</p> <p>2.Дидактические игры «Повтори», «Посылка от медвежонка». Цель: Упражнять в умении осознавать, запоминать и воспроизводить показанные движения, развивать зрительно-моторную память, внимание.</p>

		<p>3. Чтение С.Прокофьев «Румяные щечки», Н.Саконская «Где мой пальчик»</p>
Январь	«Солнце, воздух и вода – наши верные друзья».	<p>1. Беседа «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья». Цель: Познакомить детей с закаливанием и его основными видами.</p> <p>2. Дидактическая игра «Если хочешь быть здоров». Цель: формировать у детей потребности быть здоровыми. Воспитывать культурно-гигиенические навыки.</p> <p>3. Развлечение «Олимпийские игры» Цель: формировать представления о влиянии физических упражнений на организм человека; воспитывать любовь к физическим упражнениям; формировать элементы самоконтроля во время разнообразной двигательной деятельности.</p> <p>4. Чтение произведения В. Сулова «Про Юру и физкультуру» Цель: Развивать здоровьесберегающее сознание детей, пространственное мышление, внимание.</p>
Февраль	Витамины для здоровья	<p>1. Занятие «Знакомьтесь, витамины» Цель: формировать представления о значении витаминов для здоровья человека. Познакомить с поговоркой. Ввести в активный словарь детей слова: витамины, здоровье. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p>2. Беседа «Если ты потерялся на улице» Цель: познакомить детей с элементарными правилами поведения в сложных ситуациях, рассказать к кому можно обратиться за помощью.</p> <p>2. Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты». Цель: систематизировать представления детей о вредных и полезных продуктах, упражнять в умении их дифференцировать, формировать потребность заботиться о своём здоровье.</p> <p>3. Подвижные игры «Цветные автомобили», «Воробушки и автомобиль»</p> <p>4. С/рол. игра «Аптека» Цель: Познакомить детей с профессией фармацевт, обогащать знания детей о витаминах.</p> <p>5. Лепка по образцу «Витаминки для зверят». Цель: формировать первичные представления у детей о значении витаминов. Учить детей раскатывать пластилин круговыми движениями.</p>
Март	Будем спортом заниматься	<p>1. Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке» Цель: Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом. Закрепить название некоторых видов спорта.</p> <p>2. Дидактическая игра «Назови вид спорта» Цель: Закрепить название некоторых видов спорта</p> <p>3. С/рол. игра «Физкультурное занятие в детском саду» Цель: Формировать привычку к здоровому образу жизни, потребность в двигательной деятельности</p> <p>4. Продуктивная деятельность Рисование «Разноцветные мячи» Цель: Упражнять детей в рисовании предметов круглой формы. Уточнить знания о спортивном инвентаре.</p> <p>5. Спортивное развлечение «Мы мороза не боимся»</p>
	За	1. Занятие «Что такое здоровье»

Апрель	здоровьем в детский сад!	<p>Цель: Сформировать первичные представления детей о здоровье, своем организме. Воспитывать желание заботиться и беречь своё здоровье.</p> <p>2. Экскурсия в ФОК Цель: Познакомить детей с работой тренера по спортивной гимнастике.</p> <p>3. День здоровья</p> <p>4. Развлечение «Олимпийские резервы» Цель: формировать представления о влиянии физических упражнений на организм человека; воспитывать любовь к физическим упражнениям; формировать элементы самоконтроля во время разнообразной двигательной деятельности.</p>
Май	Опасност и вокруг нас	<p>1.Беседа «Опасные предметы вокруг нас» Цель: Учить детей осторожному обращению с предметами, которые могут быть источниками опасности.</p> <p>2.Дидактическая игра «Я знаю, что можно, что нельзя» Цель: Закрепить знания детей об опасных предметах и ситуациях, представляющих опасность.</p> <p>3. С/рол. игры «Семья», «Больница» Цель: Способствовать объединению нескольких игр в единую сюжетную линию, закрепить знание о профессиях врача, медсестры.</p> <p>4. Развлечение «Медведи в гостях у детей»</p>

Список литературы:

1. Волчкова В.Н., Степанова Н.В. Конспекты занятий в старшей группе детского сада. Познавательное развитие. Учебно – методическое пособие для воспитателей и методистов ДОУ. – Воронеж: ТЦ «Учитель», 2004.
2. Голицина Н.С., Шумова И.М. Воспитание здорового образа жизни у малышей. – М.: «Скрипторий 2003», 2007.
3. Кулик Г.И., Сергиенко Н.Н. Школа здорового человека. Программа для ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2008