МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НОВОСИБИРСКОГО РАЙОНА НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ – ДЕТСКИЙ САД «ТЕРЕМОК»

630501, р.п. Краснообск, здание 74 т.: 308-77-55, факс:348-57-87

[teremok@edunor.ru](mailto:teremok@edunor.ru)

ПРИЛОЖЕНИЕ

К ПАРЦИАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ «ЗДОРОВЫЙ ДОШКОЛЬНИК»

Перспективный тематический план

познавательной деятельности по приобщению дошкольников к здоровому образу жизни (младший, средний возраст)

Воспитатели:

Баранова Н.Ю.

Кривошапкина Н.И.

Мыльникова А.С.

**Сентябрь 2022**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **ТЕМА СОДЕРЖАНИЯ:** | **ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ:** | **ИСТОЧНИК:** |
| **1**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Человек. Как мы устроены?»  Что ты знаешь о строении своего тела?  «Водичка- водичка» Потешка. | Расширять знания детей о строение тела человека.  С помощью фольклора прививать детям культурно гигиенические правила. | Шорыгина  стр. 27 |
| **2**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Что человеку помогает быть здоровым?»  «Витамины»  Чтение русской народной сказки «Репка» | Знакомить детей с здоровым образом жизни.  Улучшить своё здоровье, охотно кушать витамины. | Шорыгина  стр. 2-3 |
| **3**  **неделя** | **БЕСЕДА**.  «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит!»  «Как мы устроены». Чтобы лучше двигаться».  Подвижная игра «Ножки, ножки» | Закреплять навыки культурной гигиены.  Развивать двигательную активность детей. | Шорыгина  стр. 4-8 |
| **4**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Полезные и вредные привычки»  «Доброе утро, расчёска!»  Пальчиковые игры «Апельсин» , «Жираф».  Чтение художественной литературы А,Барто «Девочка чумазая» | Воспитания культурно гигиенических навыков.  Развиваем мелкую моторику рук. | Шорыгина  стр. 27-31 |

**Октябрь 2022 г**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№.** | **ТЕМА СОДЕРЖАНИЯ** | **ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ** | **ИСТОЧНИК** |
| **1 неделя** | **БЕСЕДА**  «Человек»  «Как мы устроены?», « Чтобы лучше видеть, чтобы лучше слышать …».  Зрительная гимнастика «Золотые лучики»  Сказка «У страха глаза велики» | Приобщать к здоровому образу жизни.  Улучшить зрение детей путем тренировок зрения. | Детская энциклопедия здоровья. |
| **2 неделя** | **БЕСЕДА.**  «Что человеку помогает быть здоровым?»  Подвижная игра «Кто выше прыгнет»  Стишок: То вприпрыжку, то вприсядку,  Дети делают зарядку. | Формировать привычку здорового образа жизни. Воспитывать положительное отношение к утренней зарядке.  Развивать ловкость и двигательную активность. | Шорыгина  стр .2-3 |
| **3**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит»  Правила «Мытья рук перед едой»  Пальчиковая гимнастика «Наши руки не для скуки» | Расширять знания детей о профессиях врача, инструктора по физкультуре.  Совершенствовать навык мытья рук и лица.  Закрепить названия пальцев рук. | Шорыгина  стр.4-8 |
| **4**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Полезные и вредные привычки».  «Сказка о весёлом язычке»  Подвижная игра «Лохматый пес» | Развивать артикуляционную моторику.  Учить двигаться в соответствии с текстом. | Шорыгина  стр. 27-31 |

**Ноябрь 2022 г**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№.** | **ТЕМА СОДЕРЖАНИЯ** | **ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ** | | **ИСТОЧНИК** |
| **1 неделя** | **БЕСЕДА.**  «Как мы устроены?»  Мы за здоровый образ жизни».  Экскурсия в медицинский кабинет.  Сюжетно-ролевая игра «Больница» | | Приобщать к здоровому образу жизни.  Обогащать знания детей о работе врача и медсестры в детском саду.  Формировать интерес к медицинским работникам. | Шорыгина  стр.2-5 |
| **2**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Что человеку помогает быть здоровым?»  Стишок: То вприпрыжку, то вприсядку,  Дети делают зарядку.  Подвижная игра «птички в гнёздышках» | | Формировать привычку здорового образа жизни. Воспитывать положительное отношение к утренней зарядке.  Закрепить стишок про зарядку.  Учить бегать не задевая друг друга. | Шорыгина  стр.2-3 |
| **3**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит»  Дидактическая игра «Если хочешь быть здоров»  Произведение К.Чуковского «Мойдодыр» | | Формировать у детей потребность быть здоровым.  Воспитывать культурно-гигиенические навыки. | Шорыгина  стр.4-8 |
| **4**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Полезные и вредные привычки».  Игровая ситуация «Почему кукла заболела»  Чтение произведения К.Чуковского «Айболит» | | Формировать представление о заботе за заболевшими.  Воспитывать у детей стремление к ЗОЖ через чтение художественной литературы. | Шорыгина  стр. 27-31 |

**Декабрь 2022 г**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№.** | **ТЕМА СОДЕРЖАНИЯ** | **ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ** | **ИСТОЧНИК** |
| **1 неделя** | **БЕСЕДА.**  «Человек» «Части тела»  Игровое упражнение «Поиграем с носиком» | Приобщать к здоровому образу жизни.  Формировать представления детей о частях тела: руки, ноги, голова.  Тренировать функции носа. | Шорыгина  стр.8-9 |
| **2 неделя** | **БЕСЕДА.**  «Как правильно кушать!»  Правила поведения за столом.  Чтение русской народной сказки «Колобок» | Формировать привычку здорового образа жизни.  Формировать правила приёма пищи. | Шорыгина  стр.8-9 |
| **3 неделя** | **БЕСЕДА.**  «Как режим помогает здоровью!»  Физкультурное занятие «Урок здоровья»  Сюжетно –ролевая игра «Стадион» | Формировать стремление к соблюдению основ здорового образа жизни. Развивать потребность в двигательной активности. | Шорыгина  стр.10-11 |
| **4.**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  Развлечение «Зимние олимпийские игры»  Дидактическая игра «Если хочешь быть здоров»  Стихотворение О.Высоцкая «Снежный кролик» | Формировать представления о влиянии физических упражнений на организм ребенка.  Воспитывать любовь к физическим упражнениям.  Формировать у детей потребность быть здоровым.  Вызвать эмоциональный отклик на стихотварение. | Шорыгина  стр.17-19 |

**Январь 2023 г**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№.** | **ТЕМА СОДЕРЖАНИЯ** | **ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ** | **ИСТОЧНИК** |
| **1 неделя** | **БЕСЕДА.**  «Человек»  « Я и другие люди» |  |  |
| **2 неделя** | **БЕСЕДА.**  «Зимние игры и забавы»  Чтение стихотворения «Снежный кролик»  На чём катаются зимой?  (есть санки, коньки, снегокат» | Знакомить детей с зимними видами спорта. Приобщать к здоровому образу жизни. | Шорыгина  стр. 20 |
| **3 неделя** | **БЕСЕДА.**  «На зарядку становись!»  1.Какую пользу приносит зарядка. 2.Какие упражнения выполняют во время зарядки? | Формировать привычку здорового образа жизни. Воспитывать положительное отношение к утренней зарядке. | Шорыгина  стр.10 |
| **4 неделя** | **БЕСЕДА.**  «Сделай телевизор своим другом»  Вопросы:1. Сколько времени проводишь у телевизора?  2. Смотришь мультфильмы, сколько времени?  3.Почему вредно долго сидеть неподвижно? | Расширять знания детей о профессиях врача, инструктора по физкультуре. | Шорыгина  стр.17 |
|  |  |  |  |

**Февраль 2023 г**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№.** | **ТЕМА СОДЕРЖАНИЯ** | **ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ** | **ИСТОЧНИК** |
| **1**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Человек. Профессии, помогают нам не болеть!» | Знакомить детей с зимними видами спорта. Приобщать к здоровому образу жизни. | Шорыгина  стр. |
| **2**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Зарядка и простуда»  Чтение рассказа о зарядке. | Формировать привычку здорового образа жизни. Воспитывать положительное отношение к утренней зарядке. | Шорыгина  стр. 11-12 |
| **3**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Культура еды- серьёзное дело». | Расширять знания детей о профессиях врача, инструктора по физкультуре. | Шорыгина  стр.17 |
| **4**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Как помогать товарищу, другу?» |  |  |

**Март 2023 г**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№.** | **ТЕМА СОДЕРЖАНИЯ** | **ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ** | **ИСТОЧНИК** |
| **1 неделя** | **БЕСЕДА.**  «Человек»  «Человек и эмоции» | Знакомить детей с зимними видами спорта. Приобщать к здоровому образу жизни. | Шорыгина  стр.20 |
| **2**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Беседа о чистоте дома» | Формировать привычку здорового образа жизни. Воспитывать положительное отношение к утренней зарядке. | Шорыгина  стр. 13-15 |
| **3 неделя** | **БЕСЕДА.**  «Пришла весна- ребятишкам не до сна» | Расширять знания детей о профессиях врача, инструктора по физкультуре. | Шорыгина  стр. 22-24 |
| **4**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Наводим порядок в шкафу для одежды» |  | Шорыгина  стр. 22-24 |

**Апрель 2023 г**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№.** | **ТЕМА СОДЕРЖАНИЯ** | **ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ** | **ИСТОЧНИК** |
| **1 неделя** | **БЕСЕДА.**  «Беседа о зубах» | Знакомить детей с зимними видами спорта. Приобщать к здоровому образу жизни. | Шорыгина  стр.22-24 |
| **2**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Пришла весна- ребятишкам не до сна» | Формировать привычку здорового образа жизни. Воспитывать положительное отношение к утренней зарядке. | Шорыгина  стр.22-24 |
| **3 неделя** | **БЕСЕДА.**  «Чистота-залог здоровья» | Расширять знания детей о профессиях врача, инструктора по физкультуре. | Шорыгина  стр. 14-19 |
| **4 неделя** | **БЕСЕДА.**  «Беседа о здоровом питании» |  | Шорыгина  стр. 19 |

**Май 2023 г**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№.** | **ТЕМА СОДЕРЖАНИЯ** | **ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ** | **ИСТОЧНИК** |
| **1 неделя** | **БЕСЕДА.**  «Лето красное-для здоровья время прекрасное» | Знакомить детей с зимними видами спорта. Приобщать к здоровому образу жизни. | Шорыгина  стр. 24-27 |
| **2 неделя** | **БЕСЕДА.**  «Лето красное-для здоровья время прекрасное» | Формировать привычку здорового образа жизни. Воспитывать положительное отношение к утренней зарядке. | Шорыгина  стр.10 |
| **3**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Лето красное-для здоровья время прекрасное» |  | Шорыгина  стр. 24-27 |
| **4**  **неделя** | **БЕСЕДА.**  «Лето красное-для здоровья время прекрасное» |  | Шорыгина  стр. 24-31 |