

ПРИНЯТО

на Педагогическом
совете

Протокол № 1 от «31» 08 2018г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МДОУ детским садом «Светлячок»

Н.И. Сельченкова

Приказ № 30 от 31.08.2018г.



ПРОГРАММА
оздоровительной направленности
«Образование и здоровье»
МДОУ детского сада «Светлячок»

с. Кудиново

СОДЕРЖАНИЕ

Введение

1. Целевой раздел
 - 1.1. Пояснительная записка
 - 1.2. Основные принципы Программы
 - 1.3. Планируемые результаты освоения Программы
2. Содержательный раздел

Основные направления работы по программе «Образование и здоровье»

 - 2.1. Диагностика и исследование состояния здоровья детей специалистами.
 - 2.2. Рациональная организация двигательной активности детей.
 - 2.3. Определение системы эффективного закаливания по ступеням: от щадящих до более интенсивных воздействий с учетом индивидуальных особенностей детей.
 - 2.4. Осуществление лечебно-профилактической работы.
 - 2.5. Использование апробированных и разрешенных методик нетрадиционного оздоровления детей.
 - 2.6. Воспитание потребности в здоровом образе жизни.
 - 2.7. Консультативно-информативная работа.
3. Организационный раздел

Обеспечение реализации основных направлений Программы

 - 3.1. Техническое и кадровое обеспечение.
 - 3.2. Организационно-педагогическое и психолого-педагогическое обеспечение.
 - 3.3. План мероприятий по приобщению детей к здоровому образу жизни.
 - 3.4. План работы с родителями по приобщению детей к здоровому образу жизни.
 - 3.5. План работы с педагогами по приобщению детей к здоровому образу жизни.
 - 3.6. Использование нетрадиционного оздоровления по возрастным категориям детей дошкольного возраста.

Используемая литература

Введение

«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

«Здоровье – это всё, но всё без здоровья – ничто» - повторяет человечество вслед за мудрецом Сократом уже более двух тысяч лет. Современное общество, колоссальные темпы его развития, информационные технологии настоятельно предъявляют с каждым днём всё более высокие требования к человечеству и его здоровью.

На протяжении многих лет поражает грустная статистика частоты заболеваний детей дошкольного возраста. Каждый третий имеет отклонения в физическом здоровье. Сегодня к актуальным проблемам детского здоровья относятся гиподинамия, детские стрессы, тревожность, агрессия и прочие. Конечно, причин тому множество: и экологических, и социальных, и генетических, и медицинских. Одна из них – невнимание взрослых к собственному здоровью и здоровью детей. Иными словами, в повседневной жизни взрослые не используют весь арсенал средств для предупреждения заболевания.

Исследования М.Д.Маханёвой и В.Г.Алямовской свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своём испытывают «двигательный дефицит», т.е. количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что в детском саду и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении. Это увеличивает статичную нагрузку на определённые группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечёт за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы.

Сегодня уже ни у кого не вызывает сомнения положение о том, что формирование здоровья – не только и не столько задача медицинских работников, сколько психолого-педагогическая проблема. Стало очевидно, что без формирования у людей потребности в сохранении и укреплении своего здоровья, задачу не решить.

Воспитание уважительного отношения к своему здоровью необходимо начинать с детства. Не следует забывать, что дошкольный возраст – самое благоприятное время для выработки привычек, которые в сочетании с обучением детей приёмам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

В центре работы по полноценному физическому развитию и оздоровлению должна находиться семья и детский сад как две основные социальные структуры, которые, в основном, и определяют уровень здоровья ребёнка. В «Концепции дошкольного воспитания» подчёркивается «Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Однако дошкольник не эстафета, которую передаёт семья в руки педагогов. Здесь важен не принцип параллельности, а принцип взаимопроникновения двух социальных институтов. Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьёй и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов».

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Педагогический коллектив нашего МДОУ пришёл к выводу, что необходимо разработать программу «Образование и здоровье». Она ориентирована на педагогов-практиков, осуществляющих повседневную работу с дошкольниками их родителями. Одним из основных направлений оздоровительной работы с детьми является совместная работа с семьёй в решении вопросов укрепления здоровья. Программа основывается на физиологических, психолого-педагогических, валеологических исследованиях, направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представлений ребёнка о себе и здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиены, охраны здоровья. К моменту выпуска в школу дети должны не только получить обо всём чёткие представления, но и иметь стойкие навыки и привычки.

Цель программы:

Построение целостной системы работы МДОУ, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей; становление ценностей здорового образа жизни в двигательном режиме, закаливании, питании, формировании полезных привычек; формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи программы:

- Укреплять здоровье детей.
- Воспитывать потребность в здоровом образе жизни.
- Развивать физические качества и обеспечивать нормальный уровень физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребёнка.
- Создавать условия для реализации потребности в двигательной активности в повседневной жизни.
- Выявлять интересы, склонности и способности детей в двигательной деятельности и реализовать их через систему спортивно-оздоровительной работы.
- Сформировать положительное отношение к занятиям физкультурой и спортом, к здоровому образу жизни в семье.

- Формировать представление об ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих.
- Объединить усилия родителей и педагогов в деле успешного оздоровления детей.
- Проводить профилактику простудных заболеваний с целью снижения заболеваемости у детей.

Объекты программы:

- Дети МДОУ.
- Семьи детей, посещающих образовательное учреждение.
- Педагогический коллектив образовательного учреждения.

1.2. Основные принципы программы

2. Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
3. Принцип активности и сознательности – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей.
4. Принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных и профилактических задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
5. Принцип личностной ориентации и преемственности – организация и поддержание связей между возрастными категориями, учёт разноуровневого и разновозрастного развития и состояния здоровья.
6. Принцип гарантированной результативности – реализация прав и потребностей детей на получение необходимой психолого-педагогической помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возрастной категории детей и уровня их физического развития.
7. Принцип природосообразности – определение форм и методов воспитания на основе целостного психолого-педагогического знания о ребёнке, его физиологических и психологических особенностях. Формирование у дошкольников стремления к здоровому образу жизни.
8. Принцип дифференциации содержания педагогического процесса – педагогический процесс необходимо ориентировать на индивидуальные особенности каждого ребёнка, темпы развития и физические возможности детей.
9. Принцип аксиологии – рассматривание здоровья личности в качестве высшей человеческой ценности.

1.3. Планируемые результаты освоения Программы

2. Содержательный раздел

Основные направления работы по программе «Образование и здоровье»

2.1. Диагностика и исследование состояния здоровья детей специалистами.

- Осмотр детей специалистами детской поликлиники;
- Регулярный осмотр детей медицинским персоналом ДОУ;
- Осмотр детей специалистами для выявления и диагностики нарушения опорно-двигательного аппарата (осанка, плоскостопие);
- Диагностика речевого и внеречевого дыхания логопедом ДОУ;
- Выявление нарушений двигательной активности, координации движений в беседах с родителями и непосредственно на занятиях в детском саду;
- Диагностирование общей физподготовленности детей в начале и конце учебного года по нормативам;
- Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в ДОУ с целью динамичного наблюдения за их развитием;
- Определение соответствия образовательной среды (материально-техническое обеспечение образовательного процесса, характеристика педагогического коллектива, организация образовательного процесса) состоянию здоровья ребёнка и своевременное выявление факторов риска для его здоровья и развития.

2.2. Рациональная организация двигательной активности детей

- Преобладание циклических упражнений;
- Ежедневные циклы физкультурных занятий (традиционные, тренировочные, занятия-соревнования, самостоятельные, интегрированные с другими видами деятельности, праздники и развлечения);
- Ритмическая гимнастика (еженедельные занятия в фитнес-клубе «Родничок»);
- Гимнастика после сна;
- Ежедневный режим прогулок – 3-4 часа;
- Обеспечение двигательной активности детей атрибутами и пособиями;
- Создание необходимой развивающей среды;
- Строгое соблюдение двигательного режима и режима дня;
- Проведение утренней гимнастики, физминуток, игр с движениями в свободной деятельности;
- Музыкальные занятия;
- Ежемесячные оздоровительные занятия с детьми по системе М.Ю.Картушиной.

2.3. Определение системы эффективного закаливания по ступеням: от щадящих до более интенсивных воздействий с учётом индивидуальных особенностей детей

- Босохождение;
- Обширное умывание;
- Ходьба босиком по мокрым дорожкам, «дорожкам здоровья» (закаливание, элементы рефлексотерапии, профилактика плоскостопия);
- Обмывание стоп;
- Массаж стоп и ладоней с помощью массажных мячей;
- Полоскание рта водой комнатной температуры;

- Воздушные ванны в облегчённой одежде;
- Гимнастика на свежем воздухе в тёплый период года.

2.4. Осуществление лечебно-профилактической работы

- Постоянный контроль осанки;
- Использование корригирующих упражнений на физкультурных занятиях;
- Контроль дыхания и ЧСС на занятиях по физ. воспитанию;
- Контроль над нагрузками для переболевших детей;
- Подбор мебели в соответствии с ростом детей;
- Сбалансированное питание;
- Вакцинация против гриппа;
- Потребление фитонцидов в виде лука и чеснока;
- Употребление соков и фруктов;
- Кварцевание групповых комнат;
- Приём поливитаминов.

2.5. Использование апробированных и разрешённых методик нетрадиционного оздоровления детей

- Пальчиковая и артикуляционная гимнастика, рекомендованная для использования в ДОУ;
- Дыхательная гимнастика по А.Стрельниковой;
- Хождение по «дорожкам здоровья»;
- Использование различных массажёров;
- Оздоровительная программа М.Ю.Картушиной;
- Использование игрового стретчинга в заключительной части занятий физической культурой.

2.6. Воспитание потребности в здоровом образе жизни

- Привитие стойких культурно-гигиенических навыков;
- Развитие представлений о строении человеческого тела, назначении органов;
- Обучение уходу за своим телом, приёмам оказания элементарной помощи;
- Формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;
- Формирование элементарных представлений об окружающей среде;
- Формирование привычки к ежедневным физкультурным упражнениям;
- Обогащение представлений о здоровье, об организме, его потребностях, о способах закаливания, предупреждения травматизма;
- Разъяснение пользы и влияния на организм физических упражнений;
- Развитие потребности родителей ребёнка в здоровом образе жизнедеятельности и личного примера в укреплении и сохранении здоровья.

2.7. Консультативно-информационная работа

- Оказание консультативной помощи всем участникам образовательного процесса, родителям воспитанников по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников;
- Открытые просмотры и показы с использованием оздоровительных технологий;
- Активное участие родителей в физкультурно-оздоровительной работе ДОУ по мероприятиям годового плана;
- Оформление папок, ширм, письменных консультаций, информационных стендов;
- Проведение занятий с детьми с использованием оздоровительных технологий.

3. Организационный раздел

Обеспечение реализации основных направлений Программы

3.1. Техническое и кадровое обеспечение

№ п/п	Наименование мероприятия	Ответственные
1	Приобретение необходимого оборудования: медицинского, спортивного	заведующая
2	Осуществление ремонта пищеблока, коридоров, игровых площадок	заведующая завхоз
3	Оборудование помещений: спортивного зала, групповых комнат	завхоз воспитатели
4	Пополнение среды нестандартными пособиями: мягкими модулями; «нестандартными» ковриками; массажерами	воспитатели
5	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в ДОУ)	заведующая завхоз ст.воспитатель

3.2. Организационно-педагогическое и психолого-педагогическое обеспечение

1	Разработка программы оздоровления и осуществление контроля за выполнением оздоровительных мероприятий	заведующая ст. воспитатель инструктор по физической культуре
2	Разработка и организация здоровьесберегающих методик в педагогическом процессе	ст. воспитатель
3	Поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления: -Пальчиковая и артикуляционная гимнастика -Дыхательная гимнастика по Стрельниковой -«Дорожки здоровья» -Точечный массаж стоп и ладоней	ст. воспитатель

	-Оздоровительные занятия по Картушиной -Игровой стретчинг -Образовательный терренкур	
4	Определение содержания и структуры, разработка уровней и методик диагностики физической подготовленности детей возрастным группам	ст. воспитатель
5	Упорядочение времени специально организованных занятий и активного отдыха детей (сокращение времени и количества занятий, проведение «Дней здоровья», гибкий график занятий)	ст. воспитатель
6	Создание здорового психологического микроклимата коллектива взрослых и детей	воспитатели
7	Проведение здоровьесбережения через все виды деятельности детей (психологический фонд занятия, длительность занятий, методы и формы, санитарно-гигиенические условия)	ст. воспитатель
8	Продолжение работы по совершенствованию здоровьесберегающей предметно-развивающей среды в ДОУ, введение новых эффективных моделей	воспитатели ст. воспитатель
9	Организация работы с родителями по проблеме укрепления и сохранения здоровья детей в ДОУ и в семье (выпуск «Родительской газеты», проведение консультаций, стендовые сообщения)	воспитатели ст. воспитатель
10	Участие в конференциях, семинарах, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей	заведующая ст. воспитатель

3.3. План мероприятий по приобщению детей к здоровому образу жизни

1. Ежедневная физкультурно-оздоровительная работа с детьми:

- образовательная деятельность,
- чтение художественной литературы по данной теме; изучение пословиц и поговорок о здоровье;
- беседы о здоровье;
- дидактические и подвижные игры;
- пальчиковая гимнастика;
- дыхательная гимнастика.

2. Неделя Здоровья – 2 раза в год.

3. Физкультурные праздники – 2 раза в год.

Февраль: «Кому в Армии служить».

Июль: «Праздник Нептуна»

4. Физкультурные досуги – 1 раз в месяц.

Тематика физкультурных досугов во 2 младшей и средней группе.

Сентябрь – «Путешествие в сказочный лес».

Октябрь – «В гости к игрушкам».

Ноябрь – «Как Мишка здоровым стал».

Декабрь – «В гостях у Снеговика».

Январь - «Зимушка-Зима».

Февраль – «Уж если мы мальчишки, то мы богатыри!»

Март – «Капелька Здоровья».

Апрель – «Весна, весна на улице».

Май – «Живут в банановом саду шалуни обезьянки».

Июнь – «Путешествие Бельчонка»

Июль – «Вечная слава воде!»

Август – «Солнечные зайчики».

Тематика физкультурных досугов в старшей группе.

(По Картушиной М.Ю.)

Сентябрь – «Что это за птица?»

Октябрь – «Маугли».

Ноябрь – «Почему у Слоно́нка нос длинный?»

Декабрь – «Телефон».

Январь – «Доктор Айболит».

Февраль – «Королева Зубная щётка».

Март – «Котятa-поварятa».

Апрель – «Краденое Солнце».

Май – «Как Медвежонок стал сильным».

Июнь – «Любовь к Отчизне пронесём, ценя её с рождения!»

Июль – «Праздник Нептуна».

Август – « Слева лето, справа лето, до чего ж приятно это!» (летняя олимпиада)

Тематика физкультурных досугов в подготовительной к школе группе.

(По Картушиной М.Ю.)

Сентябрь – «Точка, точка, запятая».

Октябрь – «Если бы я был деревом».

Ноябрь – «Маша – растеряша».

Декабрь – «Кто сказал «Мяу»?»

Январь – «Приключения в королевстве микробов».

Февраль – «Жил да был крокодил».

Март – «Медведь и Великий Колдун».

Апрель – «Петух и краски».

Май – «Крошка Енот».

Июнь – «Любовь к Отчизне пронесём , ценя её с рождения!»

Июль – «Праздник Нептуна».

Август – «Слева лето, справа лето, до чего ж приятно это!» (летняя олимпиада).

5. *Игровой стретчинг как элемент заключительной части образовательной деятельности физическая культура.*

6. *Образовательный терренкур в виде утренней прогулки или развлечения.*

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ МЛАДШЕЙ И СРЕДНЕЙ ГРУПП.

СЕНТЯБРЬ

1. Беседа: «Как я устроен»

Закрепить знание детей о частях тела человека, об основных внутренних органов.

2. Эксперименты: «Я расту» (Измерение кисти руки, стопы, роста)

Вызвать интерес к собственному телу, к исследованию себя, подвести детей к выводу, что они очень быстро растут.

3. Чтение: А.Барто «Я расту», З.Александрова «Я сама»

Закрепить представление детей о человеке и его возможностях.

4. Подвижные игры «Пустое место», «У медведя во бору», «Гуси лебеди»

Развивать ловкость, быстроту реакции, активизировать подвижность детей.

5. Дыхательная гимнастика «Бабочка», «Дудочка»

Работать над правильным дыханием (вдох через нос, а выдох через рот), развивать лёгкие.

ОКТАБРЬ

1. ОД «Надо, надо умываться по утрам и вечерам»

Учить детей соблюдать правила гигиены без напоминания взрослых.

2. Беседа «Вода наш помощник»

Развивать у детей понимание значение воды в жизни человека.

3. Дидактическая игра «Наши помощники»

Закрепить правила пользования предметами гигиены.

4. Чтение: Р.Куликова «Мыло», К.Чуковский «Мойдодыр», Г.Лагздынь «Умываемся», А.Барто «Девочка чумазая»

Закрепить знания детей о необходимых гигиенических процедурах.

5. Беседа «Как умываются животные»

Расширить представление детей о жизни животных и разных способах умывания (кошка, слон, собака).

6. Пальчиковая гимнастика «Дождик», «Утята»

Развивать моторику рук.

7. Загадки о предметах гигиены

Уточнить и обобщить знания детей о предметах гигиены.

8. Опыты с водой

Дать детям представления о том, что вода не имеет вкуса, цвета и запаха.

9. Подвижные игры: «Море волнуется раз,...», «Шалунишки»

Развивать ловкость, быстроту реакции, координацию движений, активизировать подвижность детей.

НОЯБРЬ

1. ОД: «Наш замечательный нос»
Познакомить детей с работой органов дыхания (носа и лёгких); раскрыть роль носа для жизни человека.
2. Беседа: «Какой воздух полезней для наших лёгких»
Формирование у детей знаний о том, что очищает воздух, и что загрязняет воздух.
3. Дидактическая игра «Узнай по запаху»
Развивать интерес к органам дыхания.
4. Загадки о носе
Закрепить знания об органах дыхания.
5. Чтение: Ю.Прокопович «Зачем носик малышам?» Э.Машковская «Мой замечательный нос»
Расширить у детей знания об органах дыхания и их значение для человека.
6. Дыхательная гимнастика по Б. Толкачёву «Ёжик», «Корова», «Дятел».
Развивать лёгкие, учить на выдохе, произносить различные звуки.
7. Беседа: «Как надо ухаживать за носом»
Воспитывать самостоятельность во время соблюдения правил гигиены носа (пользоваться носовым платком).
8. Дидактическая игра «Угадай, чей нос»
Учить детей различать носы у разных животных по внешнему виду.
9. Беседа: «Для чего животным нюх»
Дать детям представление о том, какую роль играет для животных хороший нюх.
10. Сюжетно - ролевая игра «Больница»
Продолжать знакомить с профессиями врача (лор. врача), мед. сестры.
11. Подвижные игры «Воробьи и кот», «Найди себе пару»
Повысить двигательную активность детей, развивать ловкость, поднять эмоциональный настрой.

ДЕКАБРЬ

1. ОД: «Зачем нам ушки?»
Дать детям представление о роли слуха для ориентировки в окружающей действительности и для овладения человеческой речью.
2. Дидактическая игра «Угадай по звуку»
Учить детей различать по звуку, какой музыкальный инструмент звучит. Развивать слуховое восприятие.
3. Дидактическая игра «Угадай, кто позвал»
Развивать: умение угадывать по голосу своего товарища; внимание.
4. Беседа «Как слышит кошка»
Раскрыть особенности слуха у животных.
5. Подвижная игра «Жмурки с колокольчиком»
Вызвать у детей радость от игры, развивать слуховое восприятие.
6. Рассматривание альбома «Животные»
Обратить внимание на уши животных, их индивидуальную особенность.
7. Игра «Испорченный телефон».
Поднять детям настроение, развивать слуховое восприятие.
8. Прослушивания аудио записей «Шум моря», «Пение птиц», «Ночной лес»
Учить детей слушать внимательно, различать звуки, развивать слуховое восприятие.
9. Чтение Э.Машковская «Мои уши», «Доктор, доктор»
Закреплять представления детей о значимости ушей для человека.
10. Лепка «Чебурашка»
Расширить представление о форме ушей, развивать моторику рук.
11. Подвижные игры: «Самолёты», «День и ночь», «Воробьи и автомобили».

Учить детей действовать по сигналу, развивать двигательную активность, ловкость, быстроту реакции.

12. Дыхательная гимнастика «Насос», «Трубач»

Развивать лёгкие, учить на выдохе, произносить различные звуки.

ЯНВАРЬ

1. ОД: «Для чего человеку глаза»

Познакомить детей со строением глаза человека, объяснить роль зрения в жизни человека.

2. Беседа «О правилах соблюдения гигиены зрения»

Выявить и обобщить знания о правилах гигиены зрения.

3. Загадки о глазах

Уточнить и закрепить представления об органах зрения.

4. Гимнастика для глаз «Пчёлка»

Укреплять глазные мышцы, расслаблять мышечное напряжение.

5. Беседа «Если в глаз попала соринка»

Учить оказывать первую помощь себе или своему товарищу.

6. Игра «Фотограф»

Учить описывать внешность своего товарища, закрыв глаза, развивать зрительную память.

7. Чтение: сказка «Крошечка – ховрошечка», А.Барто «Очки», Н.С.Орлова «Телевизор»

Расширить представление у детей об органах зрения.

8. Эксперименты (рассматривание своих глаз в зеркале)

Закрепить представление о внешнем виде глаз.

9. Подвижная игра «Жмурки»

Поднять детям настроение, учить двигаться с закрытыми глазами, развивать координацию.

10. Сюжетно - ролевая игра «Больница»

Познакомить с профессией врача «окулист», с его действиями, внести новые атрибуты к игре.

11. Экскурсия в мед.кабинет

Познакомить с таблицей для проверки зрения, которой пользуется врач окулист; проверить зрение у детей по таблице.

12. Подвижные игры: «День и ночь», Лиса на охоте»

ФЕВРАЛЬ

1. ОД: «Крепкие – крепкие зубки»

Дать детям представление о правилах личной гигиены, познакомить детей с методами ухода за зубами.

2. Беседа: «Для чего человеку нужны зубы»

Развивать осознание значимости зубов для пережёвывания пищи.

3. Игра с мячом «Что полезно для зубов, а что вредно»

Закрепить правила питания, необходимые для здоровья зубов.

4. Чтение. Потешки: «Водичка, водичка...», «Как у нашего кота...», Е.Пермяк «Язык и нос»

Закрепить представление детей о гигиене.

5. Подвижные игры: «У медведя во бору», «Снежиночки – пушиночки», «Шмель»

Развивать у детей гибкость, ловкость, двигательную активность.

6. Беседа: «Как ухаживать за зубами»

Познакомить детей с методами ухода за зубами, с профилактикой зубных болезней.

7. Проблемная ситуация «У Хрюши заболел зуб»

Формировать знание детей о том, что необходимо регулярно ходить к врачу – стоматологу, вызвать у детей сочувствие к больному.

8. Загадки про зубы, язык, зубную щётку

Уточнить знания детей о полости рта, о правилах ухода за зубами.

9. Драматизация сказки «Злой крокодил»

Подвести детей к выводу, что крокодил не чистил зубы, поэтому они у него и заболели; вызвать у детей чувство жалости, побудить желание помочь крокодилу – дать советы по уходу за зубами.

10. Дыхательная гимнастика: «Заводим мотор», «Рубим дрова», «Снежинка»

Закреплять умение делать затяжной выдох с произнесением звуков, развивать лёгкие.

11. Игра – моделирование «Чистим зубы»

Закрепить последовательность чистки зубов. Рисование «Друзья наших зубов»

Выявить представление детей о том, что полезно для наших зубов.

12. Сюжетно - ролевая игра «Больница», «Зубной врач»

Продолжать знакомить с профессиями врача, зубного врача, мед. сестры. Закрепить правила поведения детей в кабинете зубного врача.

МАРТ

1. ОД: «О правильном приёме пищи»

Дать детям представление о режиме питания, рассказать и показать на плакате как путешествует пища от глотки до кишечника, развивать у детей представление о работе органов пищеварения.

2. Дидактическая игра «Хорошо или плохо»

Закрепить правила приёма пищи.

3. Беседа: «Правила поведения за столом»

Уточнить и закрепить правила приёма пищи.

4. Дыхательная гимнастика «Ветерок и тучка»

Развивать лёгкие детей.

5. Дидактическая игра «Угадай, что говорит повар»

Учить детей угадывать по названным продуктам и последовательности действий с ними, какое блюдо готовит повар.

6. Сюжетно ролевые игры: «Дом», «Столовая», «Кафе»

Привитие детям правил этикета, умение накрывать на стол.

7. Проблемная ситуация: «У Карлсона заболел живот»

Обобщить и закрепить знания детей о правильном приёме пищи (нельзя переесть, нельзя есть много сладостей).

8. Игра – моделирование «Накрываем на стол»

Закреплять правила сервировки стола к обеду, к чаепитию.

9. Чтение песенки – потешки: В.Хесин «Наша Хрюняша», П.Синявский «Этикет для карапузов»

Расширить представление детей об этикете.

10. Дидактическая игра «Вредно или полезно»

Учить детей отбирать полезные продукты для нашего организма.

11. Подвижные игры: «Белые медведи», «Ловишка с мячом», «Найди себе пару»

Развивать умение бегать в разных направлениях, ловкость, смелость, быстроту реакции.

12. Игра с мячом: «Съедобное – несъедобное»

Развивать быстроту реакции, учить ловить и бросать мяч.

13. Беседа: «В молочной стране»

Дать детям представления о пользе молочных продуктах для детского организма, о том какие продукты сделаны из молока.

14. Загадки о полезных продуктах питания (молоко, овощи, фрукты)

Закрепить полученные представления о пользе этих продуктов, о значимости правильного питания.

АПРЕЛЬ

1. ОД: «Путешествие в страну здоровья»
Подвести детей к пониманию того, что каждый человек должен сам заботиться о своём здоровье; прививать любовь к спорту; закрепить знания о полезных продуктах для организма человека.
2. Беседа: «Для чего мы делаем зарядку»
Обобщить ответы детей и уточнить их знания о необходимости физических упражнений для развития организма человека.
3. Рассматривание альбома «Спорт», картинки «Виды спорта»
Уточнить представления детей о разных видах спорта, о самом понятии «спорт», и для чего люди занимается спортом.
4. Чтение: К. Чуковский «Айболит»; И. Демьянов «Замарашка»; Э. Машковская «Настоящие птицы»
Расширить представления детей о профессии врача, закрепить понятие «здоровье».
5. Пальчиковая гимнастика «Сидит белка на тележке»
Развивать подвижность кисти руки, пальцев.
6. Беседа: «Что такое здоровье?»
Закрепить понятие «здоровье», расширить знания детей о профилактике простудных заболеваний.
7. Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Пастух и стадо», «Огуречик, огуречик»
Развивать у детей ловкость, быстроту реакции, учить бегать врассыпную.
8. Гимнастика для глаз «Влево - вправо»
Укреплять мышцы глаз.
9. Дидактическая игра «Магазин полезных продуктов питания»
Закрепить знания детей о полезных для здоровья продуктах питания.
10. Сюжетно-ролевая игра: «Больница», «Аптека»
Расширять представления детей о профессии врача, аптекаря и обогатить словарный запас детей.

МАЙ

1. ОД: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»
Развивать у детей умение использовать имеющиеся знания о здоровье берегающих условиях, поощрять желание детей вести здоровый образ жизнью.
2. Беседа «О пользе свежего воздуха»
Закреплять представление детей о воздухе, как он загрязняется, и что помогает очищать воздух; учить детей рассуждать.
3. Дидактическая игра «Пирамида здоровья»
Уточнить и закрепить знания детей о соблюдении гигиенических процедур и культуре питания.
4. Загадки, пословицы, поговорки о солнце, воздухе, воде, закаливании.
Расширить представления детей о закаливании организма и заботе о его здоровье.
5. Беседа «Для чего нужна вода?»
Дать детям представления о значении воды для здоровья (умывание, уборка, закаливание и т. д.).
6. Пальчиковая гимнастика: «Ветерок», «Тук – тук», «Солнышко», «Звёздочка»
Развивать кисть руки, её подвижность.
7. Дыхательная гимнастика «Насос», «Кошка»
Способствовать улучшению дренажной функции лёгких.

8. Чтение: Р.Куликова «Мыло», А.Барто «Я расту», Е.Благинина «Алёнушка», произведения К.Чуковского
Закреплять знания о соблюдении культурно-гигиенических правил.
9. Сюжетно- ролевая игра: «путешествие на корабле»
Закрепить знания детей о пользе солнечных, воздушных и водных закаливаний, уточнить знания детей о правилах поведения на воде.
10. Подвижные игры: «Огуречик, огуречик...», «Обезьянки», «Шире шаг»
Упражнять детей в беге, лазании; развивать ловкость, быстроту реакции.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ СТАРШЕЙ ГРУППЫ.

СЕНТЯБРЬ

1. ОД: «Сохрани своё здоровье сам»
Учить самостоятельно, следить за своим здоровьем, знать несложные приёмы самооздоровления, Уметь оказывать себе элементарную помощь; прививать любовь к физическим упражнениям.
2. Беседа «Чтобы быть здоровым»
Формировать у детей навыки личной гигиены (ухаживать за ногтями, волосами, зубами, кожей). Учить видеть красоту в чистоте и опрятности.
3. Беседа «Если ты заболел»
Объяснить детям, как важно следить за своим здоровьем, добиваться, чтобы дети, в случае необходимости, обращались к взрослым за помощью.
4. Гимнастика для глаз «Вверх – вниз»
Укреплять глазные мышцы.
5. Пальчиковая гимнастика. «По грибы», «Цветок»
Развивать гибкость кисти рук.
6. Проблемные ситуации: «Кукла Маша обожгла руку утюгом»
Закреплять представления об осторожном обращении с бытовыми приборами (утюгом), вспомнить правила первой помощи.
7. Пальчиковый театр «Доктор Айболит»
Доставить детям радость от просмотра, развивать чувство сопереживания; закрепить знания о различных заболеваниях и их лечении.
8. Подвижные игры: «Стадо», «Перебежки», «Кошка и мышка», коми национальная игра «Горань» (жмурки)
Развивать умение ориентироваться в пространстве, действовать по сигналу, ловкость, смелость.
9. Дидактическая игра «Неболеяка»
Закрепить знания детей о причинах простудных заболеваний и о правилах борьбы с ними.
10. Чтение: Э.Машковская «Доктор, доктор», «Настоящие птицы», В.Хесин «Песенки – потешки», П.Синявский «Апчихи»
Расширять знания детей о врачах, о болезни и борьбе с ней, учить детей самим заботиться о своём здоровье.
11. Сюжетно – ролевая игра «Больница», «Аптека»
Расширять представления детей о профессии врача (терапевта, окулиста, лора, хирурга, медсестры). Учить осознанно, воспринимать врачебные предписания и строго их выполнять.
12. Упражнение: «Что мне не нравится в себе»
Учить детей на примере взрослого рассказывать о себе, своих чувствах, формировать установку на взаимопомощь.
13. Дыхательная гимнастика: «Насос», «Обними плечи»

Создать условия для улучшения дренажной функции лёгких и повышения общего сопротивления организма.

ОКТАБРЬ

1. ОД: «Витамины укрепляют организм»
Познакомить с понятием «витамины», закрепить знания о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах, в которых содержатся витамины.
2. Беседа: «Фрукты – кладёзь витаминов»
Формировать у детей представление о значении витаминов для растущего организма, о пользе фруктов.
3. Беседа: «Лесные витамины» (ягоды)
Формировать у детей представление о целебной силе ягод, о том как их заготавливают на зиму, как ими лечат.
4. Дидактическая игра «Угадай на вкус»
Закрепить знания детей о пользе ягод и фруктов, развивать вкусовые восприятия..
5. Чтение: А.Синявский «Зелёная аптека», В.Соловьёв «Мы сажали огород», С.Михалков «Про девочку, которая плохо кушала»
Расширить знания детей о пользе правильного питания.
6. Пальчиковая гимнастика: игра – потешка «Дружные пальчики», «Двоё разговаривают»
Развивать гибкость кисти рук
7. Загадки про овощи, фрукты, ягоды.
Вызвать интерес к этим продуктам, учить узнавать их по описанию внешнего вида и вкусовых качеств.
8. Дидактическая настольная игра «Витаминка и её друзья»
Закрепить знания детей о полезных продуктах, о том, какое значение они имеют в развитии организма.
9. Рассматривание плаката «Вредные и полезные продукты»
Закрепить знания детей о полезных и вредных веществах, содержащихся в продуктах.
10. Дидактическая игра «Продуктовый магазин»
Учить детей высказывать своё мнение о полезных и вредных продуктах для здоровья.
11. Дидактическая игра «Узнай по описанию»
Учить детей по описанию полезных веществ и вкусовых качеств угадывать полезные продукты.
12. Подвижные игры: «Совушка», «Карусель», «Воробы и вороны»
Развивать умение бегать по кругу, двигательные навыки, ловкость внимание.
13. Психогимнастика «Кот и мыши»
Обогащать эмоциональную сферу детей, научить регулировать мышечное напряжение и расслабление.
14. Дыхательная гимнастика «Кошка», «Насос»
Отрабатывать глубокий вдох и выдох, развивать лёгкие, поднять общий тонус организма.
15. Рисование «Полезные продукты»
Уточнить и закрепить полезные продукты питания для нашего организма (фрукты, овощи, молочные продукты, и т.д.)

НОЯБРЬ

1. ОД: «Слушай во все уши»
Дать детям знания об органах слуха, уточнить, что уши у всех разные учить различать силу, высоту, тембр звуков.

2. Беседа: «Правила ухода за ушами»
Познакомить детей с элементарными правилами ухода за ушами.
3. Дидактическая игра: «Угадай музыкальный инструмент»
Упражнять детей в узнавании музыкальных инструментов по звуку, развивать слуховое восприятие.
4. Дидактическая игра: «Угадай, что в баночке лежит»
Учить прислушиваться и различать по звуку предметы (поролон скрепка, резинка, палочка и т.д.)
5. Беседа: «Страна глухих»
Дать представление детям о людях, лишенных слуха, об их особенностях жизни.
Воспитывать в детях сочувствие к людям инвалидам.
6. Пальчиковая гимнастика «Флажок», «Лодка», «Дом»
Развивать гибкость кисти рук
7. Дидактическая игра: «Угадай, кто позвал»
Упражнять детей угадывать своего товарища по голосу, развивать слуховую память.
8. Слушание классической музыки
Развивать слуховое восприятие, внимание, воображение.
9. Психогимнастика «Ветер», «Гроза», «Заяц и охотник»
Обогащать эмоциональную сферу детей, научить регулировать мышечное напряжение и расслабление
10. Совместное сочинение сказки «Как собака и слон ушами поменялись»
Учить детей фантазировать, закрепить значение ушей для животных, через сказку привести к пониманию того, что хорошо одному – плохо другому.
11. Подвижные игры: «День и ночь», «Кто быстрее?», «Коршун и наседка»
Развивать ловкость, быстроту движений, умение бегать, координацию движений.
12. Дыхательная гимнастика «Ушки», «Шаги», «Комар»
Создать условия для улучшения дренажной функции лёгких, поднять общий тонус организма.
13. Сюжетно – ролевая игра «Больница», «Кабинет лор врача»
Познакомить детей с приёмами лечения ушей, обыграть их (осмотр, компресс, капли в ухо).
14. Чтение: Э.Машковская «Доктор – доктор», «Мои уши»
Закрепить и расширить знания детей об органах слуха.

ДЕКАБРЬ

1. ОД: «Смотри во все глаза»
Дать представление о том, что глаза являются одним из
2. Беседа «Страна слепых»
Дать детям знания о слепых людях, об их жизни, закрепить понимание того, что глаза надо беречь.
3. Загадки о глазах, очках.
Расширять представление детей о глазах.
4. Беседа «Для чего придумали очки»
Сформировать у детей представление о том, для чего людям нужны очки, показать разные очки (от солнца, для защиты глаз, при плохом зрении).
5. Гимнастика для глаз «Жмурки»
Укреплять мышцы глаз.
6. Беседа «Как мы заботимся о глазах»
Дать детям представление об условиях охраны зрения и гигиене глаз.
7. Дидактическая игра: «Волшебный фотоаппарат»

Предложить детям «сфотографировать» любой предмет в групповой комнате, а затем рассказать о своей «фотографии».

8. Чтение: Н. Орлова «Ребятишкам про глаза»

Уточнить знания детей о назначении органов зрения.

9. Подвижные игры: «Хоккей», «Мороз – Красный нос», «Неваляшки»

Развивать ловкость, меткость, равновесие, учить действовать клюшкой.

10. Сюжетно - ролевые игры: «Больница», «У врача окулиста»

Развивать игровой диалог между врачом и пациентом, игровое взаимодействие.

11. Эксперименты:

а) рассматривание предметов через лупу,

б) через бинокль,

в) через цветное стекло.

Развивать у детей зрительное, сенсорное восприятие.

12. Аппликация «Наши глаза»

Учить детей вырезать и наклеивать плоскостную модель нашего глаза, вырезать объёмные ресницы.

ЯНВАРЬ

1. ОД: «Наши руки»

Дать детям понятие о важности человеческой руки, о том, что с помощью рук можно выражать различные чувства учить сознательно, относиться к развитию своей руки.

2. Загадки, пословицы про руки.

Расширить представление детей о значимости рук для человека.

3. Беседа: «Почему говорят: золотые руки»

Раскрыть детям значение фразы «золотые руки», рассказать о мастерах своего дела.

4. Дидактическая игра: «Угадай, что тебе сказали руки»

Развивать тактильные ощущения пальцев рук.

5. Пальчиковая гимнастика: «Ёжик», «Кот», «Волк»

Развивать подвижность кисти и пальцев рук.

6. Пальчиковый театр «Красная шапочка»

Развивать моторику рук.

7. Беседа «Как мы ухаживали за своими руками»

Закрепить гигиенические правила ухода за руками (мыть с мылом, постригать вовремя ногти, смазывать руки кремом, носить рукавички и т.д.).

8. Чтение: Е. Пермяк «Для чего нужны руки»

Закреплять знания о роли рук в жизни человека

9. Рисование ладошкой и пальчиком «Подводный мир»

Расширить представление детей о возможностях наших рук.

10. Лепка «Кошечка»

Расширить представление детей о возможностях наших рук, пальцев, развивать моторику рук.

11. Дыхательные упражнения «Понюхать цветочек», «Шар лопнул»

Работать над вдохом (медленно, рывками), развивать лёгкие.

12. Эксперимент «Обведи свою ладошку»

Сравнить с проведённым экспериментом в средней группе.

ФЕВРАЛЬ

1. ОД: «Подружись с зубной щёткой»
Закрепить правила чистки зубов; продолжить знакомить с правилами личной гигиены, подвести к пониманию назначения зубной пасты и щётки, познакомить с методами ухода за зубами.
2. Беседа о зубной пасте (детская и взрослая)
Уточнить знания о роли зубной пасты в уходе за зубами.
3. Дидактическая игра: «Что могут наши зубы»
Расширить представление детей о том, что могут делать наши зубы (грызть, кусать, жевать, стучать и т.д.), развивать словарный запас у детей.
4. Чтение: «Песенка мистера Кариеса», С.Маршак «Одна дана нам голова», С.Капутикян «Шепчет ротик»
Закреплять у детей представления о взаимосвязи языка и зубов в процессе пережёвывания и пищеварения пищи.
5. Пословицы, поговорки, загадки о языке, зубах.
Расширить знания детей о взаимосвязи зубов и языка.
6. Подвижные игры: «Зайцы и волк», «Такси», «Найди свой цвет», коми национальная игра: «Горань» (жмурки)
Развивать ловкость; учить ориентироваться в пространстве, действовать по сигналу, активизировать подвижность детей.
7. Рассматривание плаката – схемы «Как правильно чистить зубы»
Закреплять правила ухода за полостью рта.
8. Сюжетно - ролевая игра: «У зубного врача»
Закрепить знания детей о профессии «зубной врач – стоматолог», вести в активный словарь детей слова (пломба, стоматолог).
9. Проблемная ситуация «У куклы «Ох» заболел зуб»
Побудить детей к сочувствию, учить давать советы кукле, закрепить знания о первой помощи при зубной боли.
10. Рассматривание картинки «Зуб»
Дать детям представления о составных частях зуба (слои зуба, корень, десна, зубной нерв) и какую роль они играют для здорового зуба.
11. Беседа «Что такое кариес и откуда он берётся»
Дать детям представление о болезни детских зубов, как образуется кариес и о его профилактике.
12. Игра – моделирование «Здоровый зуб»
Закрепить знания детей о гигиене зубов, о правильном питании и профилактике кариеса, что составляет понятие «здоровый зуб».
13. Беседа «32 зуба»
Дать детям представления о том, что человек рождается без зубов, затем появляются молочные зубы, коренные зубы. У человека есть клыки, передние зубы и коренные зубы.
14. Дидактическая игра: «Вредно или полезно»
Учить детей выбирать из серии картинок те, на которых изображены полезные продукты для здоровых зубов.

МАРТ

1. ОД: «Осанка – красивая спина»
Учить следить за своим здоровьем, побуждать к выполнению физических упражнений, радоваться достигнутому результату.
2. Беседа «Ровная спина»
Продолжать знакомить с назначением позвоночника.

3. Рассматривание плаката «Скелет человека»
Расширять представления детей о позвоночнике.
4. Рассматривание плаката «Мышцы человека»
Расширять представление о мышцах человека, какую роль они играют для нашего позвоночника, для нашей спины. Сделать вывод, что мышцы надо укреплять.
5. Чтение: В.Данько «Победа» (про зарядку), Е.Багрян «Маленький спортсмен», Э.Машковская «Приказ»
Закреплять представления о правилах формирования красивой осанки.
6. Пальчиковая гимнастика «Ромашка», «Тюльпан», потешка «Алые цветы»
Развивать моторику рук. 8
7. Беседа: «Как правильно ходить и сидеть»
Учит детей следить за своей походкой, посадкой за столом, выработать правила для себя.
8. Игры и упражнения для правильной осанки: «Аист», «Не урони мешочек», «В лесу», «Обезьяны», «Приседания у стены» и т.д.
Через игру формировать у детей правильную осанку.
9. Подвижные игры: «Перетягивание», «Обезьяны и львы», «Охотники и звери»
Развивать ловкость; учить ориентироваться в пространстве, действовать по сигналу, активизировать подвижность детей, укреплять мышцы спины
10. Игра – эксперимент «Гибкость нашего тела»
Сравнить на примере детей, что гибкость у всех разная, но её можно развивать.
Вызвать интерес к собственному телу, путём обнаружения на ощупь позвоночника друг у друга (погладить по спине).
11. Беседа «Скелет и мышцы – наши защитники»
Развивать понимание роли скелета и мышц для формирования всего организма.
12. Лепка из пластилина «Человек»
Показать, что позвоночник у человека выполняет такую же функцию, как каркас пластилинового человечка.
13. Дыхательная гимнастика «Ворона», «Часы»
Учит дышать носом, а выдыхать через рот, развивать лёгкие.

АПРЕЛЬ

1. ОД: «Спорт – это здоровье»
Закреплять знания о различных видах спорта, об олимпиаде; учить пантомимой изображать знакомые виды спорта; развивать интерес к различным видам спорта, вызвать желание заниматься спортом.
2. Загадки о видах спорта
Закрепить знания о видах спорта, закрепить их названия
3. Пальчиковая гимнастика: «Птички», «Гнездо», «Солнышко»
Развивать моторику рук.
4. Чтение: Е.Ушан «Большой я или нет», М.Воронько «Олимпийские игры в лесу»
Расширить представления детей о разновидностях спорта, о значении спорта в жизни человека.
5. Беседа: «Виды спорта»
Дать детям представление о зимних и летних видах спорта, закрепить их названия.
6. Рассматривание книг, альбомов о спорте
Уточнить представление детей о разных видах спорта, самом понятии «спорт».
7. Беседа: «Спорт и режим дня»
Дать знания детям о том, что спортсменам необходимо соблюдать режим дня, всё делать вовремя, много времени уделять тренировкам.
8. Игра с мячом: «Какие виды спорта ты знаешь»
Закрепить названия видов спорта.

9. Дидактическая игра: «Какой вид спорта тебе нравится»
Учить детей выбирать картинку с видом спорта, высказывать своё мнение о данном виде спорта и почему он тебе нравится.
10. Игра: «Покажи, а мы отгадаем»
Учить показывать жестом, мимикой и движениями вид спорта, развивать пантомимическую выразительность.
11. Подвижные игры: «Кто быстрее» (эстафеты), «Ловишка с мячом», «Волки во рву»
Развивать ловкость, меткость, силу воли, учить контролировать свои эмоции.
12. Рисование «Мы любим спорт»
Учить изображать спортсмена в действии, занимающегося каким-либо видом спорта (спортивная одежда, атрибуты)

МАЙ

1. Занятие: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»
Дать детям представление о закаливающих процедурах (воздух, солнце, хождение босиком, сон без маек, ежедневные прогулки), об их воздействии на организм человека.
2. Чтение: А.Мили «Воспаление хитрости», И.Мазин «Утренние стихи», К.Чуковский «Мойдодыр» (отрывки), Г.Виеру «С добрым утром»
Расширить знания детей о здоровом образе жизни.
3. Беседа «Здоровый образ жизни»
Обобщить и уточнить знания детей о здоровом образе жизни, поощрять желание детей вести здоровый образ жизни.
4. Пальчиковая гимнастика: «Стол», «Кресло», «Мост»
Развивать моторику рук.
5. КВН «В здоровом теле здоровый дух»
Уточнить знания детей о здоровом образе жизни (здоровом питании, закаливании, занятиях спортом и т.д.)
6. Рисование «Мы купаемся и загораем»
Продолжать развивать интерес к теме закаливания.
7. Экспериментирование «Почему нельзя быть потным мокрым на улице»
При помощи ваты и воды показать детям, как вредно быть мокрым на улице, учить одеваться по погоде.
8. Беседа: «Может ли солнышко причинить вред»
Подвести детей к выводу, что загорать на солнце надо в меру, чтобы не получить солнечный ожог, пользоваться кремом для загара, учить оказывать первую помощь при ожоге.
9. Беседа: «Правила безопасности на воде»
Обобщить и уточнить знания детей о безопасном поведении на воде (учиться плавать, не лезть в воду без взрослых и т.д.).
10. Игра – моделирование «Для чего нужна вода»
Уточнить знания детей о значении воды для здоровья (умывание, закаливание, уборка, еда, и т.д.).
11. Дидактическая игра «Правильно – неправильно»
Закрепить знания детей о закаливании, о методах и правилах закаливающих процедур.
12. Подвижные игры: «Карусель», «Найди себе пару», «Лиса в курятнике»
Учить бегать по кругу, ходить спокойным танцевальным шагом, развивать ловкость.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЫ.

СЕНТЯБРЬ

1. ОД: «Я узнаю себя»
Продолжать формировать у детей понятие «Я – человек», «Мы – люди», развивать наблюдательность, учить видеть сходство и различие друг с другом.
2. Беседа: «Откуда я появился»
Закрепить и систематизировать знания детей по данной проблеме, воспитывать у детей чувство любви, благодарности к родителям и гордости за них.
3. Беседа: «Чем отличается мальчик от девочки»
Уточнить знания детей о своей половой принадлежности, поддерживать интерес к познанию себя, воспитав у девочек чувство женственности, а у мальчиков чувство мужества.
4. Беседа: «Мой день рождения»
Уточнить знания детей об этом празднике.
5. Чтение: М.Н.Сигимова «Сказка о рождении человека», «Сказка о гусеничке», Г.Сапгир «Силач»
Расширять знания детей о рождении человека, вызвать интерес к дальнейшему познанию своего организма.
6. Дидактическая игра «Как укрепить кости и мышцы»
Уточнить и закрепить правила ухода за костями и мышцами
7. Рассматривание плаката, иллюстрации, фотографии с изображением спортсменов.
Закрепить понятие «мышцы», рассмотреть красоту человеческого тела с подтянутыми мышцами, закрепить названия основных мышц.
8. Сюжетно – ролевая игра «Больница», «Травмпункт»
Учить детей проигрывать ситуацию «Растяжения мышц», «Перелом ноги», познакомить детей с правилами поведения в данных ситуациях и практическими приёмами оказания первой помощи.
9. Беседа: «Необыкновенная одежда человека»
Познакомить детей с необыкновенной одеждой – кожей, её основными функциями (кожа – своеобразный панцирь, предохраняет внутренние органы от повреждения, защищает от микробов, помогает дышать), с её слоями.
10. Игры – эксперименты с кожным покровом
Кожа не пропускает воду, не впитывает воду, не мнётся, чувствует (боль, холодный и горячий предмет); вся покрыта дырочками (порами), волосами (рассмотреть через лупу).
11. Пальчиковая гимнастика: «Мы силачи»
Развивать моторику рук, гибкость кисти рук.
12. Подвижные игры: «Круговая лапта», «Футбол» .
Развивать ловкость, подвижность, выносливость, координацию движения.
13. Лепка «Мы спортсмены»
Учить детей налеплять пластилиновые «мышцы» на человека из проволоки, закрепить название «мышц».
14. Викторина «Из чего состоит человек»
Поддерживать устойчивый интерес к познанию себя и своего организма.

ОКТЯБРЬ

1. ОД: «Моё настроение»
Способствовать раскрытию ребёнком своего «я», учить детей подчёркивать, свою индивидуальность, закрепить представление о настроении и его регулировании.

2. Беседа «Ребята, давайте жить дружно»
Учить детей дружить, показать на примере литературных героев, как нужно выбирать друзей, подчеркнуть значимость дружбы в жизни.
3. Беседа «Конфликты и ссоры»
Познакомить детей с понятиями «ссора», «конфликт», с причинами их возникновения и негативными последствиями для человека, учить детей избегать ссор, находить согласие.
4. Беседа «Мои чувства»
Закреплять понятия детей о чувствах, эмоциях, о значении для человека слуха, зрения, вкуса, обоняния, осязания в познании мира.
5. Беседа «Я не трус, но я боюсь»
Выяснить с детьми ситуации, вызывающие у них страхи, обратить внимание, как страх отрицательно влияет на человека, на его поведение. Учить побеждать.
6. Дидактическая игра: «Угадай, что это было?»
Учить детей чувствовать и различать кожей (нежные, холодные, горячи, колючие, болевые) ощущения.
7. Пословицы, загадки, поговорки про органы чувств.
Расширить знания детей об органах чувств.
8. Рассматривание фотографий и портретов людей.
Развивать у детей умение определять настроение по лицу человека.
9. Проблемная ситуация «Две куклы поссорились»
Закреплять понятие «ссора», учить разбираться в её причинах и находить пути применения.
10. Чтение: «В.Кудлачёв «Важные слова», М.Карим «Здравствуй, солнце», М.Чистякова «Два друга»
Расширить знания детей о настроении, о добрых поступках, о дружбе.
11. Пальчиковая гимнастика: «Ножницы», «Колокол», «Дом», «Пожарники»
Развивать моторику рук, гибкость кисти рук.
12. Гимнастика для глаз «Жмурки»
Укреплять мышцы глаз.
13. Подвижные игры: «Кошки – рыболовы», «Лиса в курятнике», «Ловишки на одной ноге»
Совершенствовать прыгучесть, ловкость, быстроту реакции, умение ходить по кругу.
14. Игра – викторина «И хорошее настроение не покинет больше нас»
Обобщить и уточнить знания детей о настроении, о чувствах людей, о ссоре и дружбе в форме соревнования между двумя командами.

НОЯБРЬ

1. ОД: «Командир моего организма» (мозг)
Познакомить детей с мозгом, без которого человек не может жить, его удивительным свойством – памятью; дать знания о том, что мозг в организме человека является своеобразным «командиром» для различных органов.
2. Рассматривание таблицы с изображением мозга
Дать представление о пяти отделах мозга, отвечающих за зрение, слух, осязание, обоняние, вкус.
3. Сюжетная игра «Мозг – командир» и его пять «разведчиков»
Закрепить представление о мозге, учить составлять загадки, используя все пять центров мозга, роль которых играют дети.
4. Игра – моделирование «Командир посылает приказы»
Показать детям, как мозг посылает приказы всем частям тела (пальцам, векам, ногам, носу, плечам) выполнить то или иное действие.
5. Гимнастика для глаз «Солдаты»

Укреплять мышцы глаз.

6. Пальчиковая гимнастика: «Бочонок с водой», «Дом». Потешка «Прятки»
Развивать моторику рук, гибкость кисти рук.

7. Дыхательная гимнастика «Погончики», «Обними плечи», «Кошки»
Развивать лёгкие детей.

8. Беседа «Наши чуткие защитники»
Закрепить знания детей о назначении нервных клеток, способствовать рефлексивному поведению, воспитывать желание быть здоровым.

9. Игровое упражнение «Угадай, кто тебя позвал»
Развивать сенсорную память детей.

10. Игровое упражнение «Зрительный диктант»
Развивать зрительную память детей.

11. Подвижные игры: «Горячий мяч», «Львы и тигры», «Море волнуется»
Развивать подвижность, выносливость, быстроту реакции, упражнять в беге.

12. Игровое упражнение «определи на вкус»
Определить, от какого помощника (языка) пришло мозгу сообщение, развивать обонятельную память.

13. Игровое упражнение «Пальчики – узнавальчики»
Совершенствовать тактильную память пальцев рук.

14. Игровое упражнение «Таинственные флаконы»
Совершенствовать у детей обонятельную память.

15. Чтение сказки о сороконожке из книги А.Дорохова «Про тебя самого»
Закрепить у детей понятие, что наш командир – невидимка (мозг) думает за нас и посылает органам нужные сигналы.

16. Рисование «Мой сон»
Уточнить и закрепить представления о том, что мозг умеет и во сне воображать прекрасные картины.

17. Решение кроссворда «Пять помощников мозга»
Закрепить полученные знания по теме.

ДЕКАБРЬ

1. Занятие «Неутомимый насос человека» (сердце)
Познакомить детей с сердцем – особой мышцей, которая как насос качает кровь по кровеносным сосудам ко всем органам человека.

2. Игры - эксперименты
Послушать сердце человека через «фонендоскоп»; прислонив ухо к груди своего товарища; нащупать пульс на руке до и после физической нагрузки.

3. Беседа: «Мои волшебные реки: Артерия и Вена»
Элементарно познакомить детей с общей схемой кровообращения, движения крови по артериям, венам, капиллярам и функциями «рек».

4. Беседа: «Как надо заботиться о «чистоте» крови»
Обобщить и уточнить знания детей, о правилах помогающих соблюдать «Чистоту крови»

5. Рассматривание таблицы с изображением схемы кровообращения
Рассматривание представления детей о системе кровообращения.

6. Дыхательная гимнастика «Насос», «Ладони», «Шаги»
Развивать лёгкие детей.

7. Пальчиковая гимнастика: «Цветок», «Ёлка», «Собачка», «Бежит собачка»
Развивать моторику рук, гибкость кисти рук.

8. Гимнастика для глаз «Нежные пальчики»
Укреплять мышцы глаз.

9. Рисование на плоскостных моделях человека общей схемы кровообращения

Закрепить представления детей, об общей схеме кровообращения, поддерживать интерес к данной теме.

10. Игры - эксперименты

Рассмотреть с детьми на себе и друг друге виднеющиеся под кожей вены и капилляры, развивать наблюдательность.

11. Пословицы и загадки про сердце

Расширить знания детей о сердце, поддерживать интерес к главному органу человека.

12. Чтение: Г.Виеру «Сердце бабушки моей», М.Газнев «Утром»

Расширить знания детей о сердце, поддерживать интерес к главному органу человека.

13. Беседа «Чтобы сердце не болело»

Дать детям представление о том, что людям с больным сердцем живётся тяжело, узнать у детей, что они знают о болезни сердца, рассказать об операциях, которые делают хирурги и о том, что сейчас больное сердце можно заменить искусственным.

14. Проблемная ситуация (зайчик спрашивает, что обозначает фраза «Благодарю от всего сердца»)

Учить детей высказывать своё мнение, обобщить и уточнить знания детей.

15. Беседа: «Что такое кровотечение?»

Дать детям представление о травмах с кровотечением и о первой помощи при кровотечениях.

16. Сюжетно – ролевая игра «Больница»

Закреплять в ходе игры оказание первой помощи при кровотечениях, воспитывать интерес к медицинским профессиям, желание заботиться о своём здоровье.

17. Подвижные игры: «кто быстрее?», «Ослик», «Школа мяча»

Развивать подвижность, выносливость, быстроту реакции, упражнять в беге, меткость.

ЯНВАРЬ

1. Занятие «Удивительные превращения пирожка»

Сформировать у детей представление о наличии в человеке внутренней «кухни» – системы органов пищеварения, каждый из которых выполняет свою работу.

2. Беседа «Кто, кто в домике живёт?»

Закрепить знания детей о функциях языка, зубов, миндалин.

3. Рассматривание схемы правильной чистки зубов.

Закрепить знания о губах, зубах, языке, миндалинах, какую роль они играют для пищеварения.

4. Рассматривание схемы правильной чистки зубов.

Формировать у детей навыки самостоятельного и осознанного ухода за своими зубами, закрепить знания о том, что у человека 32 зуба (резцы, клыки, коренные).

5. Игра «Кто в твой «домик» в гости пришёл?»

Закреплять умение угадывать различные продукты по вкусу.

6. Загадки о языке, губах

Расширять знания детей о полости рта.

7. Беседа «Знакомство с правилами правильного жевания и глотания пищи.

Объяснить детям, почему у них иногда бывает боль в области желудка, колики в боку, вздутие живота и т. д., привлечь к соблюдению правил.

8. Игра - эксперимент

Рассмотреть через лупу язык друг друга и рассказать, что они там увидели (бугорки – вкусовые почки языка)

9. Сюжетная игра «Кто стучится у ворот»

Инсценировать с детьми ситуации прихода разнообразных продуктов: чистых и грязных, вкусных и горьких, к необыкновенному «домику» – рту.

10. Настольно – печатная игра «Человек»

Учить детей в форме соревнования собирать из разрезных картинок «кухню» человека – внутренние органы.

11. Составление рассказа от первого лица

Формировать умение составлять творческие рассказы от имени любого продукта, попавшего в организм человека.

12. Подвижные игры: «Эстафета», «Медвежата», «Горелки», «Пас»

Развивать ловкость, выносливость, скорость, меткость и равновесие.

13. Сюжетно – ролевые игры: «Больница», «У врача – стоматолога», «Повар»

Закреплять в ходе игры знания детей по темам, способствовать применению знаний на практике..

14. Чтение: Г.Юдин «Главное чудо света», А.Дорохов «Про тебя самого»

Развивать интерес к своему телу, к чудесным превращением внутри нашего организма.

ФЕВРАЛЬ

1. ОД: «Наши органы дыхания»

Дать детям представления о принципе работы дыхательных органов (нос, дыхательное горло, лёгкие) и их функциях.

2. Беседа «Для чего нам нужен нос»

Подробнее рассмотреть функции носа, учить детей делать умозаключения, рассуждать.

3. Рассматривание рисунка – нос человека в разрезе.

Показать детям наглядное строение носа человека.

4. Игра «Пять умных машинок в моём носу»

Обыграть все функции носа, подражая чудо – машинкам (1 – задерживает пыль, 2 – увлажняет, 3 – обогревает, 4 – чувствует запахи, 5 – аварийная, чувствует опасность).

5. Игры – эксперименты (Лупа, свеча, ватки с запахом)

Проверить через эксперименты все функции носа.

6. Составление правил ухода за носом

Привлечь детей к совместному составлению правил ухода за нашим носом.

7. Сочинение сказки «О борьбе носового платка с коварными лазутчиками – микробами»

Привлечь детей к совместному сочинению шуточной сказки и зарисовки её героев с целью поддержания интереса к теме «Наш нос».

8. Чтение: В.Бианки «Чей нос лучше?», Э.Машковская «Мой замечательный нос», Н.Сладков «Ящуркин нос»

Расширять представление о носе человека, о носе животных, дать знания, что носы у животных разной формы, но играют огромную роль в их жизни.

9. Дыхательная гимнастика «Надуваем шар», «Шар сдулся», «Поезд»

Развивать лёгкие детей.

10. Беседа «Дыхательное деревце»

Более подробно рассмотреть на рисунке и плакате «Дыхательное деревце» - лёгкие человека, с помощью которых он дышит, при помощи муляжей и гармошки показать действия лёгких.

11. Эксперименты «Надувание воздушного шарика»

Сделать обобщение: объём лёгких у мальчиков больше.

12. Правила «Как укрепить лёгкие человека»

Закрепить знания детей о том, что чистый воздух – это наше здоровье, о том, что грязный воздух и курение – наши страшные враги.

13. Сюжетно – ролевая игра «Больница», «На приеме у лор врача»

Закреплять в ходе игры правила здорового образа жизни и первой помощи при насморке, расширить представление детей о значении носа для человека.

14. Загадки и пословицы о носе

Расширить представление детей о значении носа для человека

15. Решение кроссворда

Закрепить знания, учить детей отгадывать кроссворд по теме: «Органы дыхания».

16. Подвижные игры: «Чехарда», «Через бревно», «Догони», «Дай кролику морковку»

Развивать ловкость, выносливость, скорость, меткость и равновесие, упражнять детей в беге, прыжках.

МАРТ

1. ОД: «Что такое правильное питание»

Закрепить представления детей о значении питания в жизни человека, о полезных и вредных продуктах, уточнить навыки правильного приёма пищи.

2. Беседа «Где найти витамины»

Познакомить со значением витаминов и минеральных веществ в жизни человека.

3. Беседа «Кто живёт в Молочной стране»

Закрепить знания о пользе молока и молочных продуктов. Воспитывать культуру еды.

4. Беседа «Из чего варят кашу»

Сформировать у детей представления о пользе и разнообразии каши.

5. Опыты

Познакомить детей с работой соковыжималки. Угостить детей свежевыжатым овощным и фруктовым соком.

6. Рассказывание сказки о Настеньки и Марфуше

Закрепить правила приёма пищи; учить слушать внимательно и найти ошибки, которые допустила Марфуша.

7. Заучивание стихов о правилах приёма пищи

Закрепить правила приёма пищи и культуры еды.

8. Подвижные игры: «Ласточка», «Сбей кеглю», «Пять кружков»

Развивать ловкость, выносливость, скорость, внимание, равновесие, упражнять детей в беге.

9. Дыхательная гимнастика «Арбуз», «Лягушка», «Гармошка»

Развивать лёгкие детей.

10. Сюжетно – ролевая игра «Больница», «На приеме у детского врача»

Закреплять в ходе игры правила здорового образа жизни и первой помощи при отравлении, расширить представление детей о значении пищи для человека.

11. Чтение: Н.Ю. Чуприна «Маша и фруктовый сад», «Молоко, йогурт и кефир»

Закрепить знания о пользе молока и молочных продуктов. Воспитывать культуру еды.

Познакомить со значением витаминов и минеральных веществ в жизни человека.

12. Дидактическая игра «Пирамида здоровья»

Закрепить название продуктов для ежедневного рациона человека, продукты необходимые для питания мозга, сердца, нервной системы.

АПРЕЛЬ

1. ОД: «Школа здоровья»

Дать детям знания о том, как важно следить за своим здоровьем с детства, закрепить представления о своём организме, о необходимости соблюдения личной гигиены без напоминания взрослых.

2. Беседа «Как бороться с вредными микробами»

Закрепить знания о гигиене и правилах ухода за кожей.

3. Драматизация «Как «мыло» и «шампунь» победили полчище микробов»

Способствовать усвоению познавательного материала через игру – драматизацию.

4. Беседа «Как уберечься от простуды»

Закрепить знания о причинах простудных заболеваний и методами борьбы с ними.
Познакомить с элементами точечного массажа.

5. Беседа «Для чего мы сдаём анализы»

Дать детям представление о том, что анализы показывают, что происходит в нашем организме, помогают определить заболевание.

6. Беседа «На зарядку становись»

Дать детям знания о том, что такое гиподинамия, и как с ней бороться.

7. Гимнастика для глаз «Нежные пальчики»

Укреплять мышцы глаз.

8. Сюжетно – ролевая игра «Больница», «На приеме у детского врача», «Лаборатория»

Закреплять в ходе игры правила здорового образа жизни и первой помощи при простуде, расширить представление детей о значении личной гигиены для человека.

9. Дидактическая игра «Зачем нужны врачи»

Формировать умение различать специализации врачей, объяснить значимость врачей (лор, окулист, хирург и т.д.)

10. Игра – моделирования «Органы чувств»

Развивать у детей умение объяснять роль каждого органа чувств для человека, закреплять полученные знания.

11. Загадки о спортивном оборудовании

Развивать интерес к спорту.

12. Дидактическая игра «Летние виды спорта»

Закрепить представления детей об олимпийских играх и виды летнего спорта, их названия.

13. Подвижные игры: «Волчок», «Пять кружков», «Сбей кеглю», «Перетяжки»

Развивать ловкость, выносливость, скорость, внимание, равновесие, упражнять детей в беге, меткость, чувство взаимоподдержки.

14. Чтение: Э.Успенский «Страшная история», А.Барто «Девочка чумазая», А.Миян «Воспаление хитрости», Е.Багрян «Маленький спортсмен», Н.С.Орлова «Береги свои глаза»

Развивать умение детей делать выводы по прочитанному материалу.

15. Пальчиковая гимнастика: «Человечки», «Ушки у зайца», «Кря - кря», «Здравствуй, пальчик», «Звёздочка», «Оса»

Развивать моторику рук, гибкость кисти рук.

МАЙ

1. ОД: «Если ты попал в беду»

Вырабатывать у детей навыки правильного поведения в экстремальных ситуациях.

2. Беседа: «Люди могут быть опасными»

Совместно разработать в ходе беседы правила контакта с опасными людьми.

3. Беседа: «Когда съедобное ядовито»

Дать детям сведения о непригодности испорченных пищевых продуктов к употреблению, учить оказывать первую помощь при отравлениях.

4. Беседа «Наши помощники и враги дома»

Дать детям сведения о том, чем опасны приборы и бытовая техника, о бытовых травмах. Учить оказывать первую помощь при травме.

5. Беседа: «Когда врача нет рядом»

Познакомить детей с правилами игры и отдыха на природе, с правилами первой помощи при перегревании и обморожении.

6. Рассматривание иллюстраций, картинок с растениями и животными.

Познакомить с сигналами опасности у животных, растений (шипы, колючки, рога, копыта...). Приучать детей к осторожному обращению с объектами природы.

7. Чтение: Е.Воробьев «Обрывок провода», К.Чуковский «Путаница»

Расширять представление о безопасном поведении человека в экстремальных ситуациях, дать знания о правилах поведения в быту и природе.

8. Рассматривания плаката: «Опасные ситуации»

Закрепить правила безопасного поведения в быту и природе

9. Дидактическая игра «Хорошо и плохо»

Учить детей находить в одной ситуации положительные и отрицательные черты (мороженное вкусное, но если съесть много заболит горло)

10. Игра – моделирование «Что для чего»

Учить детей составлять модель оказания первой помощи в разных ситуациях, выбирая нужные картинки.

11. Эксперименты

Рассмотреть шипы на кустах, потрогать на ощупь.

12. Подвижные игры: «Спортивные эстафеты», «Ловишка с мячом», «Тише едешь – дальше будешь»

Развивать ловкость, выносливость, скорость, внимание, равновесие, упражнять детей в беге, меткость, чувство взаимоподдержки.

13. Гимнастика для глаз

Укреплять мышцы глаз.

14. Сюжетно – ролевая игра «Больница», «На приеме у детского врача», «Туристы»

Закреплять в ходе игры правила безопасного поведения и первой помощи на природе в экстремальных ситуациях. И закрепить в игре навыки оказания помощи при травмах, ожогах, порезах и т. д.

15. Кроссворды на тему: «Ядовитые растения», «Электроприборы»

Обобщить и уточнить знания детей по теме.

16. Игра – драматизация «Доктор Айболит» по сказки К.И.Чуковского

Учить детей импровизировать, придумывать разные травмоопасные ситуации и выход из них.

3.4. План работы с родителями по приобщению детей к здоровому образу жизни

№ п/п	МЕРОПРИЯТИЯ	СРОКИ	ОТВЕТСТВЕННЫЕ
1.	Изучить опыт семейного воспитания детей по физической культуре. Анкетирование: - Социально-гигиенические условия и образ жизни семей воспитанников; - Какое место занимает физкультура в семье? - Здоровье дошкольника.	Октябрь	Все группы
2.	Довести до сведения родителей требования образовательной программы по формированию привычек здорового образа жизни у детей.	Октябрь	Ст. воспитатель
3.	Ознакомить родителей с содержанием плана мероприятий по ЗОЖ.	Октябрь	Ст. воспитатель

4.	Ознакомить родителей с профилактическими мероприятиями, которые проводятся в ДОУ, и обучить их нетрадиционным методам оздоровления детей.	1 раз в кв.	Медсестра
5.	Пропаганда педагогических знаний (уголок здоровья): - Роль семьи и ДОУ в формировании здоровья детей. - Как уберечь ребёнка от несчастия. - Как уберечься от простуды. - Берегите зрение детей. - Основы правильного питания. - Как предупредить весенний авитаминоз. - Как организовать летний отдых детей.	В течение года	Воспитатели
6.	Консультации: - Учимся правильно дышать. - Пальчиковые игры для развития речи дошкольника. -Игровые упражнения для профилактики плоскостопия у детей. -Выработка навыка правильной осанки у детей. - Оздоровление ребёнка летом. - Закаливание.	В течение года	Ст. воспитатель. Воспитатели. Логопед. Медсестра. Инструктор по физ-ре.
7.	Родительские собрания: 1) Задачи обучения, воспитания и оздоровления ребёнка в новом учебном году. 2) Как сохранить здоровье ребёнка. 3) Приобщение ребёнка к здоровому образу жизни в семье.	Сентябрь. Декабрь.	Заведующая. Ст.воспитатель. Медсестра. Воспитатели.
8.	Физкультурно-оздоровительные мероприятия вместе с детьми: - Неделя здоровья. - Мама и я – здоровая семья. - Семейный час. - Кому в армии служить - Игры нашего детства. - Слева лето, справа лето – до чего ж приятно это. - Праздник Нептуна.	В течение года	Ст. воспитатель. Воспитатели. Муз. Руководитель. Инструктор по физ-ре.
9.	Фестиваль семейного творчества.	Январь	Все группы.
10.	Оформление фотогазет с представлением работы в ДОУ по сохранению и укреплению здоровья воспитанников.	Декабрь Февраль	Все группы
11.	Участие в разработке плана летних оздоровительных мероприятий.	Май	Ст. воспитатель
12.	Участие в терренкурах с выходом в зелёную зону.	Июнь-август	Воспитатели старших групп

3.5. План работы с педагогами по приобщению детей к здоровому образу жизни

1.	Провести тестирование воспитателей «Моё отношение к физическому воспитанию».	Сентябрь	Ст. воспитатель
2.	Организовать дискуссию «Новые подходы к формированию навыков здорового образа жизни».	Октябрь	Заведующая. Ст.воспитатель.
3.	Осуществлять тематический контроль: <i>«Создание условий для самостоятельной двигательной активности детей».</i> <i>«Двигательная активность в распорядке дня».</i> <i>«Проведение разных видов закаливания, их рациональное применение и сочетание с другими видами деятельности».</i>	В течение года	Заведующая. Ст.воспитатель.
4.	Осуществлять оперативный контроль: <i>Организация питания.</i> <i>Выполнение режима дня.</i> <i>Воспитание культурно-гигиенических навыков.</i>	В течение года	Заведующая. Ст. воспитатель
5.	Предложить вопросы для обсуждения на педагогическом совете: <i>«Как достичь успехов в укреплении здоровья ребёнка?»</i> <i>«Какого ребёнка можно считать здоровым?»</i>	Октябрь	Заведующая. Ст.воспитатель
6.	<i>Совместная организация физкультурных досугов, праздников, недель здоровья.</i>	В течение года	Ст.воспитатель Муз .руководитель Инструктор по физ-ре

3.6. Использование нетрадиционного оздоровления по возрастным категориям детей дошкольного возраста

Мероприятия	Возрастные категории детей			
	Ранний возраст	Младший дошкольный возраст	Средний дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст
1. Пальчиковая гимнастика.	В соответствии с возрастом	В соответствии с возрастом	В полном объеме	В полном объеме
2. Дыхательная гимнастика по А.		Начальный комплекс	Начальный комплекс	Полный комплекс

Стрельниковой				
3. «Дорожки здоровья»	В соответствии с возрастом	В соответствии с возрастом	В соответствии с возрастом	В соответствии с возрастом
4. Оздоровительные занятия по М.Ю.Картушиной				В полном объёме
5. Игровой стретчинг	В соответствии с возрастом	В соответствии с возрастом	В соответствии с возрастом	В соответствии с возрастом

Используемая литература

1. Белкина В.Н., Елкина Н.В., Васильева Н.Н., Земляная С.И., Михайлова М.А. Дошкольник: обучение и развитие. – Ярославль: Академия развития; Академия и Ко, 1998. – 256 с
2. Бочарова Н.И. Физическая культура дошкольника в ДОУ. – М.: Центр педагогического образования, 2007. – 176 с
3. Волосникова Т.В., Филиппова С.О., Москаленко В.И., Лебедева Н.В. Физическая культура в семье, ДОУ и начальной школе. -М.: Школьная пресса, 2005. - 64 с
4. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2008. – 160 с
5. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ. – М.: 5 за знания, 2005. – 112 с
6. Доронова Т.Н. Из ДОУ в школу. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2007. – 232 с
7. Ефимов О.И. Школьные проблемы глазами врача. – СПб.: «ДИЛЯ», 2007. – 144 с
8. Кочеткова Л.В. Оздоровление детей в условиях детского сада. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 105 с
9. Каштанова Г.В., Мамаева Е.Г., Сливина О.В., Чуманова Т.А. Лечебная физкультура и массаж.
10. Кудра Т.А. Аэробика и здоровый образ жизни: Учеб. пос.-Владивосток: МГУ им. адмирала Г.И. Невельского, 2001.- 120 с.
11. Лисицкая Т.С., Сиднева Л.В. Аэробика. В 2 т. Т.1 Теория и методика.- М.: Федерация аэробики России. 2002. - 232 с.
12. Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: АРКТИ, 2006. – 104 с
13. Маханева М.Д. Здоровый ребенок. – М.: АРКТИ, 2004. – 261 с
14. Никанорова Т.С., Сергиенко Е.М. Здоровячок. Система оздоровления дошкольников. – Воронеж, 2007. – 85 с
15. Овчинникова Т.С. Подвижные игры, физминутки и общеразвивающие упражнения с речью и музыкой. – СПб.: КАРО, 2006. – 136 с
16. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. – СПб.: РЕЧЬ, 2002. – 176 с
17. Ожегов С.И. Словарь русского языка. – М.: Русский язык, 1988. – 747 с
18. Петрова Н. Если ребенок плохо говорит. – СПб.: ДИЛЯ, 2005. – 128 с
19. Потапчук А.А. Лечебные игры и упражнения для детей. – СПб.: Речь, 2007. – 99 с
20. Рунова М.А. Движение день за днем. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2007. – 96 с
21. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. - М.: ВЛАДОС, 2003. – 320 с