Попова Злата Сергеевна

МКДОУ детский сад "Теремок" п. Керамкомбинат

Воспитатель

 **Перспективное планирование в первой младшей группе по формированию здорового образа жизни.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** | **Цель** |  **Форма работы (оборудование, литература)** | **Работа с родителями** |
| **Сентябрь** | Адаптация | Организационное собрание. Консультации, рекомендации. |
| **Октябрь.** | **«Верные друзья»****«Научим медвежонка кушать за столом»** | Учить правилам личной гигиены, побуждать детей к самостоятельному их выполнению. Воспитывать чувство взаимопомощи.Обучать детей правилам еды, умению детей самостоятельно держать ложку, формировать элементарную культуру поведения во время еды за столом. | Кукла; изображения описанных в стихотворении ситуаций; два фона ( красный – хорошее, синий – плохое); дидактическая игра «Что хорошо, что плохо».Кукольная мебель: стол, стул; игрушка мишка, кукольная посуда, хлебница, салфетницы .Чтение худож. лит-ры«Что такое хорошо и что такое плохо» В.В. Маяковский.«Девочка чумазая» А.Л. Барто | Консультация «Воспитание К.Г.Н. у детей раннего возраста»Организация профилактических мероприятий против гриппа и ОРВИИндивидуальные беседы и консультации для родителей |
| **Ноябрь .** | **«Вот я какой»****«Спорт – это здоровье»** | Познакомить со строением тела. Помочь ребенку осознать свою половую принадлежность. Учить заботиться о чистоте тела.Вызвать интерес к спортивным играм, желание заниматься спортом, делать зарядку, заниматься физкультурой | Куклы ;дидактическая игра «Что есть у куклы?»; картинки с изображением частей тела; сюжетно ролевая игра «Доктор».Пальчиковые игры Чтение худож. лит-ры«Расти здоровым» Р. Ротенбер  | Консультация «Гендерное воспитание детей дошкольного возраста»Фотовыставка «Движение-жизнь!»Сбор материалов и фотографий на темы «Подвижные игры в нашей группе», «Наша зарядка», «Игры на прогулке», «Закаливание» Предложение родителям к участию в утренней гимнастике |
| **Декабрь.** | **«Опасности подстерегают»****«Научим Зайку чистить зубки»** | Рассказать об опасности в квартире и групповой комнате, разъяснить правило «нельзя».Дать элементарные представления детям о зубах, о правилах ухода за ними; формировать культурно гигиенические навыки; | Режущие и колющиеся.предметы, лекарства; иллюстрации с изображением различных ситуаций; мальчик – плохиш (кукла).Игрушка Зайка, зубная щётка, зубная паста, картинки с изображением зубов. | Беседа «Здоровье ребёнка в ваших руках»Консультация «Чтобы зубы не болели» |
| **Январь** | **«Чистота залог здоровья»****«Мой нос как его беречь»** | Сформировать у детей представления о свойствах мыла, знакомить с различными свойствами веществ (твердость, мягкость, запах, цвет и т. П.), закреплять культурно гигиенические навыкиДать элементарные представления детям о носе, правила ухода за ним; формировать культурно гигиенические навыки; формировать умения с помощью носа различать запахи | Мыло разного вида, , полотенце, мыльные пузыри трубочка.Чтение худож. лит-ры«Мойдодыр» «Жил на свете слоненок» К. Цыферов. Буратино, картинки с изображением носа. | Фотогазета «Как мы умываемся»Консультация «Почему нужно дышать носом?» |
| **Февраль.** | **«На прогулку мы пойдём»****«Глазки - подсказки»** | Вызвать интерес к прогулкам, желание играть на свежем воздухе в различные игры, развивать двигательную активность. Расширять знания детей о необходимых предметах одежды в зимнее время для сохранения своего здоровья.Дать элементарные представления детям о глазах, о том , как нужно беречь свое зрение. |  Кукла , одетая по сезону.Кукла, картинки с изображением глаз.. | Беседа о правильной одежде в зимний период, консультации о пользе дополнительных прогулок,Фотоотчет «Мы гуляем» Консультация «Как сохранить зрение ребенка?  |
| **Март.** | **«Помоги мишке стать здоровым»****«Как лисенка научить правильно держать свою осанку»** | Приучать к режиму, помочь ребенку осознать, что утренняя зарядка, игры и физические упражнения вызывают хорошее настроение, с помощью сна восстанавливаются силы.А здоровое питание (овощи и фрукты)укрепляет организм.Продолжать обучать детей следить за своим здоровьем, за своей осанкой, знать и соблюдать правила, которые необходимо выполнять при этом: правильно сидеть, рисовать; проявлять желание заботиться и следить за своим здоровьем | Игрушка мишка; сюжетные картинки; стихи; кукла Ванька – встанька; мячи, обручи, кегли, мешочки, палки.Картинки «Овощи и фрукты.»Наглядное пособие «Осанка» | Фотоотчёт :«Мы спим», «Вкусная каша – здоровье наше»Консультация «Витамины в рационе питания детей»Информационный стенд-«Профилактика нарушения осанки у детей» |
| **Апрель.** | **«У нас гости»****«Покажем кукле Кате как обращаться с расчёской»** | Продолжать обучать детей следить за своим внешним видом, знать и соблюдать правила, которые необходимо выполнять при этом: правильно одеваться, быть опрятным проявлять желание заботиться о своём здоровьеПознакомить детей с расчёской, её назначением; их разновидностями; развивать умения детей обращаться правильно с расчёской, делать прически; прививать привычку следить за своим внешним видом, пользоваться только своей личной расчёской | Игрушки куклы, одежда для кукол.Цветная коробочка, расчёски разных размеров, кукла Катя, зеркало, бантики, резиночкиКартинки «Расчёсывания» | Индивидуальные беседы и консультации.«Педикулёз» |
| **Май**  | **«Кто я такой?»****Поиграем в игру «Здравствуйте»** | «Формировать представления о себе через элементарные знания и действия. «Я знаю, как меня зовут, как зовут моих : маму, папу». «я очень люблю порядок и знаю, как его навести». «Я хороший».Продолжать обучать детей правилам этикета, формам общения при встречи со знакомыми и незнакомыми людьми, правилам употребления слов приветствий; приучать детей преодолевать застенчивость и скованность, формировать доброжелательное общение с окружающими. | Картинки с изображением разных ситуаций.Картина с изображением правильной позы при сидении за столом, за книгой, при рассматривании книги«Азбука общения» Л. М. Шипицына.Кукла, игра с детьмиЧтение худож. лит-ры«Расти здоровым» Р. РотенбергНаглядное пособие «Осанка» | Советы и консультации по сохранению физического и психического здоровья детей, cовместное создание психологического комфорта, |