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 ОРВИ  Индивидуальные 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 навыки  Дать 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 здоровье  Познакомить 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, резиночки  Картинки «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 детьми  Чтение худож. лит-ры  «Расти здоровым» Р. Ротенберг  Наглядное пособие «Осанка» | Советы и консультации по сохранению  физического и психического здоровья  детей, cовместное создание  психологического комфорта, | |