

Перспективный план работы по формированию основ здорового образа жизни в младшей группе №1 на 2021-2022 уч. г.

Месяц	Тема	Содержание и формы работы с детьми	Содержание и формы работы с родителями
Сентябрь	Здоровый образ жизни	1.Игра - занятие «Формировать образ Я». Цель: Формировать элементарные навыки ухода за своим лицом и телом. Развивать представления о своем внешнем облике. Воспитывать чувство взаимовыручки, стремление оказывать помощь друг другу. 2. Ди/игра «Кому это принадлежит». Цель: закреплять знания детей о предметах, необходимых для работы врачу, повару, продавцу. 3. Сюжетно-ролевая игра «Больница». Цель: повышать знания детей о медицинских работниках и их работе, воспитывать уважение к их труду. 4. Чтение К. Чуковский «Доктор Айболит».	Анкетирование родителей на тему «Как берегут здоровье в вашей семье». Цель: получение и анализ информации об отношении родителей к вопросам здорового образа жизни детей.
Октябрь	Полезные продукты	1.Занятие «Что полезно, а что вредно». Цель: Уточнить знания детей о полезных продуктах, рассказать о пользе фруктов и овощей для здоровья человека. 2.Дидактические игры «Что у меня на тарелке», «Варим суп». Цель: Закрепить название овощей и фруктов, умение узнавать их на ощупь и по описанию, упражнять в умении различать овощи и фрукты. 3. С/рол. игра «Магазин». Цель: Закрепить название овощей и фруктов, воспитывать культуру поведения в общественных местах. 4.Чтение Ю.Тувим «Овощи», Г.Зайцев «Приятного аппетита». 5.Продуктивная деятельность Лепка «Огурчик». Цель: Учить детей изображать предметы овальной, закрашивать, не выходя за края. Закрепить знания о пользе овощей. 6. Пальчиковая гимнастика «Мы капусту солим, солим»	День здоровья «Здоровое питание – здоровые зубы!» Индивидуальные консультации с родителями «Витамины - наши друзья».
Ноябрь	Личная гигиена	1.Беседа «Чумазый мальчик». Цель: Развивать у детей понимание о значимости гигиенических процедур. 2. Дидактические игры «Зачем нам нужна зубная щетка», «Умоем куклу», коллективный труд «Стирка одежды для куклы». Цель: Пополнять знания детей о	Папка-пережвижка «Чистота – залог здоровья!» Оформление стенда «Стоп COVID-19»

		зубной щетке, и других средствах личной гигиены. Формировать привычку к опрятности. 3. С/рол. игра «Салон красоты». Цель: Формировать представления о профессии парикмахера, формировать навыки культуры общения, поведения. 4. Чтение К. Чуковский «Мойдодыр», А. Барто «девочка чумакая», З. Александрова «Купание», потешки: «Расти коса до пояса», «Водичка водичка».	
Декабрь	Тело человека	1. Беседа «Наше тело». Цель: Познакомить детей с частями тела, рассказать об органах чувств. 2. Дидактические игры «Повтори», «Посылка от медвежонка». Цель: Упражнять в умении осознавать, запоминать и воспроизводить показанные движения, развивать зрительно-моторную память, внимание. 3. Чтение С. Прокофьев «Румяные щечки», Н. Саконская «Где мой пальчик». 4. Экскурсия в кабинет медсестры «Врачи наши помощники». Цель: расширять представления детей о труде медицинской сестры.	Выпуск памятки для родителей «Здоровый образ жизни»
Январь	«Солнце, воздух и вода – наши верные друзья».	1. Беседа «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья». Цель: Познакомить детей с закаливанием и его основными видами. 2. Дидактическая игра «Если хочешь быть здоров». Цель: формировать у детей потребности быть здоровыми. Воспитывать культурно гигиенические навыки. 3. Развлечение «Олимпийские игры». Цель: формировать представления о влиянии физических упражнений на организм человека; воспитывать любовь к физическим упражнениям; формировать элементы самоконтроля во время разнообразной двигательной деятельности. 4. Чтение произведения В. Сулова «Про Юру и физкультуру». Цель: Развивать здоровьесберегающее сознание детей, пространственное мышление, внимание.	Размещение методического материала «Развиваем культурно-гигиенические навыки», «Бережем здоровье вместе».
Февраль	Витамины для здоро-	1. Занятие «Знакомьтесь витамины». Цель: формировать представления о значе-	Индивидуальные консультации с родите-

	вья	нии витаминов для здоровья человека. Познакомить с поговоркой. Ввести в активный словарь детей слова: витамины, здоровье. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни. 2. Беседа «Если ты потерялся на улице». Цель: познакомить детей с элементарными правилами поведения в сложных ситуациях, рассказать к кому можно обратиться за помощью. 3. Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты». Цель: систематизировать представления детей о вредных и полезных продуктах, упражнять в умении их дифференцировать, формировать потребность заботиться о своём здоровье. 4. Подвижные игры «Цветные автомобили», «Воробушки и автомобиль». 5. С/рол. игра «Аптека». Цель: Познакомить детей с профессией фармацевт, обогащать знания детей о витаминах. 6. Лепка по образцу «Витаминки для зверят». Цель: формировать первичные представления у детей о значении витаминов. Учить детей раскатывать пластилин круговыми движениями.	лями «Витамины наши друзья».
Март	Будем спортом заниматься	1. Беседа «Здоровье в порядке, спасибо порядку». Цель: Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом. Закрепить название некоторых видов спорта. 2. Дидактическая игра «Назови вид спорта». Цель: Закрепить название некоторых видов спорта. 3. С/рол. игра «Физкультурное занятие в детском саду». Цель: Формировать привычку к здоровому образу жизни, потребность в двигательной деятельности. 4. Продуктивная деятельность - Рисование «Разноцветные мячи». Цель: Упражнять детей в рисовании предметов круглой формы. Уточнить знания о спортивном инвентаре.	Консультация «Подвижные игры в жизни ребенка».
Апрель	За здоровьем в детский сад!	1. Занятие «Что такое здоровье» Цель: Сформировать первичные представления детей о здоровье, своем организме. Воспитывать желание заботиться и беречь своё здоровье.	Оформление совместно с родителями тематической фотовыставки на

		2. День здоровья. 3. Развлечение «А ну-ка, догони!». Цель: формировать представления о влиянии физических упражнений на организм человека; воспитывать любовь к физическим упражнениям; формировать элементы самоконтроля во время разнообразной двигательной деятельности.	тему: «Маленькие спортсмены». Консультация для родителей «Физическое воспитание ребенка в семье».
Май	Опасности вокруг нас	1. Беседа «Опасные предметы вокруг нас». Цель: Учить детей осторожному обращению с предметами, которые могут быть источниками опасности. 2. Дидактическая игра «Я знаю, что можно, что нельзя». Цель: Закрепить знания детей об опасных предметах и ситуациях, представляющих опасность. 3. С/рол. игры «Семья», «Больница». Цель: Способствовать объединению нескольких игр в единую сюжетную линию, закрепить знание о профессиях врача, медсестры. 4. Развлечение «Медведи в гостях у детей»	Родительское собрание «Наши дети повзрослели» итоги за год.