**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение**

**Новоникольский детский сад «Колокольчик»**

**Быковского муниципального района Волгоградской области**

**План работы по здоровье сбережению с детьми старшего и среднего дошкольного возраста.**

**на 2020-2021 уч. год.**

Подготовила: Кочкина Лариса Анатольевна

**План работы по здоровье сбережению с детьми старшего и среднего дошкольного возраста.**

***Цель***:

Предполагает разностороннее и гармоничное развитие и воспитание ребенка, обеспечение его полноценного здоровья, формирование убеждений и привычки к здоровому образу жизни на основе валеологических знаний, развитие разнообразных двигательных и физических качеств, укрепление психического здоровья детей и обеспечение их психологической безопасности.

***Задачи:***

Способствовать становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни;

Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья;

Способствовать развитию самостоятельности детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно-важных привычек;

Развивать умение избегать опасных для здоровья ситуаций, обращаться за помощью взрослого в случае их возникновения;

Развивать умение элементарно описывать своё самочувствие, умение привлечь внимание взрослого в случае неважного самочувствия, недомогания;

Обеспечивать сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

**Сентябрь**

1. *«Ребенок и здоровье»* Формировать у детей представление о необходимости заботится о собственном здоровье.
2. Занятие *«Помоги незнайке сберечь здоровье»*.
3. Беседа *«Как я буду заботится о своём здоровье»*.
4. Чтение К. Чуковского *«Доктор Айболит»*.
5. Разбор и заучивание пословиц о здоровом образе жизни.
6. Сюжетно-ролевые игры *«Поликлиника»*, *«Больница»*, *«Ветеринарная лечебница»*.
7. Развлечения *«Доктор Айболит»*, *«Мишка заболел»*.

**Октябрь**

1. Развить у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур.
2. Занятие *«Чтобы быть здоровым»*.
3. Беседа *«Чистота и здоровье».*

4. Чтение: Г.Зайцев *«Дружи с водой»*, К.Чуковского *«Мойдодыр»*, А.Барто *«Девочка чумазая»*, Бялковская *«Юля - чистюля»*, З.Александрова *«Купание»*.

5. Дидактические игры и упражнения *«Таня простудилась»*, *«Правила гигиены»*.

6. Продуктивная деятельность. Аппликация: *«Мы стираем, посмотрите»*.

7. Развлечение *«Девочка чумазая»*.

8. Беседа *«Как научить детей чистить зубы правильно».*

**Ноябрь**

1. *«Полезные продукты»* Закреплять представления детей о пользе для человека овощей и фруктов; познакомить с приготовлением салата. Занятие *«Фрукты полезны взрослым и детям»*.
2. Беседа *«О здоровой пище».*

3.Чтение: Г.Зайцев *«Приятного аппетита»*, Ю.Тувим *«Овощи»*, М.Безруких *«Разговор о правильном питании»*, Загадки о овощах и фруктах.

4. Опытно-исследовательская деятельность: Определение продуктов по вкусу.

6. Дидактические игры: *«Узнай и назови овощи»*, *«Разложи на тарелки полезные продукты»*.

7. Подвижная игра: «Огуречик».

8. Сюжетно-ролевая игра: *«Магазин продуктов».*

9. Продуктивная деятельность. Рисование: *«Хозяйка однажды с базара пришла».*

10. Развлечение *«Веселые овощи»*.

11. Семинар *«Современные подходы к оздоровлению детей»,*

 *«Тело человека».*

**Декабрь**

1. Познакомить детей с тем, как устроено тело человека, его организм.

Беседы об органах чувств и их значении в жизни человека *«Изучаем свой организм»*.

1. Ситуации *«Я забочусь о глазах, ушах»*, «Какое у меня обоняние, *«Уход за руками и ногами»*.
2. Рассматривание фотографий с описанием внешнего облика.
3. Практикумы: *«Слушай во все уши»*, *«Смотри во все глаза»*. Семинар на тему *«Как организовать спортивный досуг ребенка в выходные дни»*.

**Январь**

1. *«Опасные предметы»*Уточнить представления детей об источниках опасности в доме, о правилах пользования бытовой техникой.
2. Беседа *«Я знаю, что можно, что нельзя»*, *«Безопасность в нашей группе»*.
3. Чтение: С. Маршак *«Пожар»*, Загадки.
4. Дидактические игры: *«источники опасности»*, *«Игра – дело серьезное»*.
5. Сюжетно-ролевые игры: *«Семья»*, *«Больница»*, *«Аптека»*.
6. Развлечение *«Медведи в гостях у детей»*.
7. Беседа с детьми на тему: *«Будь осторожен».*

**Февраль**

1. *«Ребенок на улице города»*Закреплять представления детей о важном значении правил дорожного движения.
2. Занятие *«Безопасность на дорогах»*.
3. Беседа *«Всем ребятам надо знать, как по улице шагать»*, *«Если ты потерялся»*.

4. Чтение:

- В. Лебедев-Кумач *«Про умных зверушек»*, - С. Михайлов *«Моя улица»*, *«Дядя Степа - милиционер»*, - В. Клименко *«Зайка-велосипедист»*, *«Происшествие с игрушками»*.

5. Экскурсия: *«К проезжей части во дворе детского сада»*.

6. Дидактические игры: *«О чем говорит светофор»*.

7. Подвижная игра: *«Цветные автомобили»*, *«Воробушки и автомобили»*.

8. Сюжетно-ролевая игра: *«Автобус»*.

9. Продуктивная деятельность. Аппликация: *«На дороге пешеход».*

10. Беседа с детьми на тему: *«Улица полна неожиданностей».*

**Март**

1. *«Будем спортом заниматься»*Формировать устойчивый интерес к занятиям физкультурой и спортом; расширять и закреплять представления детей о пользе занятий спортом.
2. Занятие *«Здоровье в порядке, спасибо зарядке»*.
3. Беседа *«Кто спортом занимается»*.
4. Чтение: Загадки.
5. Экскурсия: *«Мини поход на детсадовскую спортивную площадку»*.
6. Дидактические игры: *«Назови вид спорта»*, *«Назови спорт по показу»*.
7. Продуктивная деятельность. Аппликация: *«Мы делаем зарядку».*
8. Развлечение *«Мы мороза не боимся»*.
9. Спортивный праздник *«Спорт нам нужен, мы со здоровьем дружим!»*

**Апрель**

1. *«Врачи наши помощники»*Расширять представления детей о врачебной помощи, продолжать знакомить с профессией врача.
2. Занятие *«Айболит в гостях у детей»*.
3. Беседа *«Мы были в гостях у врача»*.
4. Чтение: Е. Школовский *«Как лечили мишку»*, *«Осторожно - лекарство»*, *«Как вести себя во время болезни»*

Дидактические игры: *«Если кто-то заболел»*.

1. Продуктивная деятельность. Рисование: «Я хочу быть здоровым, Я очень спешу. Помогите мне, знаки, попасть к врачу»
2. Развлечение *«Советы доктора Айболита»*.
3. Консультация для родителей на тему: *«Как предупредить болезнь».*

**Май**

1. *«Витамины и здоровый организм»* Расширять и закреплять представления детей о витаминах и их пользе.
2. Занятие *«Витамины и полезные продукты»*.
3. Беседа *«Полезное- не полезное»*

4. Чтение:

- Г. Зильберг *«Полезные продукты»*, - К. Чуковский *«Федорино горе»*, -К. Кузнецов *«Замарашка»*, - Г. Зайцев *«Крепкие, крепкие зубы»*.

5. Опытно-исследовательская деятельность: Посадка лука.

6. Дидактические игры: *«Угадай на вкус»*, *«Назови правильно»*.

7. Продуктивная деятельность. Лепка: *«Заходите в гости в гости к нам, витамины я вам дам»*.

8. Аппликация: *«Бедный зайчик заболел, ничего с утра не ел»*.

9. Развлечение *«Таблетки растут на ветки, таблетки растут на грядке»*.

10. Консультация для родителей на тему: *«Таблетки растут на ветки, таблетки растут на грядке».*