

**Система мероприятий (перспективный план)
по реализации здоровьесберегающих технологий
воспитателем МКДОУ № 2 п. Ульяновка Бурляевой А.В. за 2019 -2022 у. г.**

2019 - 2021 у. г. (вторая младшая и средняя группа)

1 -я неделя	2 - я неделя	3 - неделя	4 - неделя
Сентябрь " Знакомство с детским садом" (3-4 года)			
Диагностика культурно - гигиенических навыков Закрепление частей тела человека.	<i>Экскурсия по группе. Беседа о правилах поведения и общения.</i> Цель: знакомство с центрами активности и другими помещениями группы, обсуждение правил поведения и общения в группе.	<i>Экскурсия по детскому саду.</i> Цель: знакомство с детским садом, формирование положительного эмоционального отклика.	<i>Экскурсия по территории детского сада.</i> Игры на различных участках детского сада. Цель: привитие интереса к детскому саду и его территории, обсуждение правил безопасного поведения на участке.
Сентябрь " Гигиена" (4-5 лет)			
<i>Беседа "Личная гигиена"</i> Цель: формирование представлений о правилах личной гигиены, воспитание культурно – гигиенических навыков.	<i>Чтение произведения К. И. Чуковского «Мойдодыр»</i> Цель: формирование у ребёнка потребности быть опрятным, соблюдать правила гигиены.	<i>Беседа «О расческе и зубной щетке»</i> Цель: знакомство детей с со средствами личной гигиены и правилами их использования.	<i>Беседа «Поговорим о носовом платке.»</i> Цель: знакомство детей с назначением носового платка, правилами его использования.
Октябрь «Знакомство с работой врача и медсестры» (3-4, 4-5 лет)			
<i>Экскурсия в медицинский кабинет.</i> Цель: знакомство с медсестрой, местом ее работы, преодоление страха перед медицинскими работниками.	<i>Беседа о медицинских инструментах, наблюдение за работой медицинской сестры в группе.</i> Цель: знакомство с работой медсестры.	<i>Что нужно делать для того, чтобы не болеть? (зарядка, мытьё рук, закаливание)</i> Цель: создание условий для формирования здорового образа жизни.	<i>Сюжетно – ролевая игра «На приеме у врача»</i> Цель: развитие игрового взаимодействия, преодоление страха.
<i>Чтение стихотворения "Я уколов не боюсь"</i> Цель: преодоление страха перед прививкой.	<i>Просмотр мультфильма "Про бегемота, который боялся прививок"</i> Цель: преодоление страха перед прививкой.	<i>Беседа «Для чего нужны прививки?»</i> Цель: знакомство с оздоровлением организма при помощи прививок.	<i>Сюжетно – ролевая игра «Делаем прививку в медицинском кабинете»</i> Цель: развитие игрового взаимодействия, преодоление страха.
Ноябрь "Человек" (3-4, 4-5 лет)			
<i>Беседа "Вот я какой"</i> Цель: закрепление знаний частей тела.	<i>Д игра "Покажи, что назову"</i> Цель: закрепление знания частей тела.	<i>"Мальчики и девочки"</i> Цель: уточнение понятия «мальчик» и «девочка».	<i>"Личная гигиена"</i> Чтение К. Чуковского "Мойдодыр". Цель: формирование умений заботиться о чистоте своего тела.
<i>Беседа «Чем мы дышим?»</i> Цель: знакомство детей с организмом и бережным отношением к нему.	<i>Беседа «Чем мы слышим?»</i> Цель: знакомство детей с организмом и бережным отношением к нему.	<i>Беседа «Чем мы видим?»</i> Цель: знакомство детей с организмом и бережным отношением к нему.	<i>Беседа «Наши органы чувств»</i> Цель: знакомство детей с организмом и бережным отношением к нему.
Декабрь "Человек." (3-4, 4-5 лет)			
<i>Беседа «Наши зубы»</i> Цель: знакомство детей с ролью зубов в нашем организме.	<i>Разучивание стихов и потешек про зубы по выбору детей и родителей.</i> Цель: преодоление страха, привлечение родителей к речевому развитию детей.	<i>Сюжетно – ролевая игра "Лечим кукле зубы"</i> Цель: знакомство с профессией стоматолога, преодоление страха, развитие игрового взаимодействия.	<i>Сюжетно – ролевая игра «На приеме у стоматолога»</i> Цель: знакомство с профессией стоматолога, преодоление страха, развитие игрового взаимодействия.

<p><i>Беседа «Что нас двигает и держит?»</i> Цель: знакомство детей с организмом и бережным отношением к нему.</p>	<p><i>Беседа «Зачем человеку голова?»</i> Цель: знакомство детей с организмом и бережным отношением к нему.</p>	<p><i>Беседа «Наши насос?»</i> Цель: знакомство детей с организмом и бережным отношением к нему.</p>	<p><i>Беседа «Куда попадает пища?»</i> Цель: знакомство детей с организмом и бережным отношением к нему.</p>
Январь "Человек" (3-4, 4-5 лет)			
<p><i>Беседа «Что и в какой последовательности мы одеваем на прогулку зимой и раздеваем? Как складываем и где храним?»</i> Цель: знакомство детей со значением одежды и обуви в жизни человека, последовательностью одевания и раздевания, формирование аккуратного отношения к одежде и обуви.</p>	<p><i>Разучивание стихов и потешек про одежду и обувь по выбору детей и родителей.</i> Цель: привлечение родителей к речевому развитию детей.</p>	<p>Чтение Л. Воронковой. "Маша - растеряша" Беседа Цель: формирование аккуратного отношения к одежде и обуви.</p>	<p><i>Дидактическая игра "Одень куклу по погоде"</i> Цель: формирование представления о зимней и летней одежде и обуви, отличиях.</p>
<p><i>Беседа «Как мы растем?»</i> Цель: знакомство детей с ростом организма и бережным отношением к нему.</p>	<p><i>Проведение экспериментов по книге Иванова В. «Человек. Эксперименты и наблюдения в детском саду»</i></p>	<p><i>Рассматривание и чтение книги В. Ивановой, А. Озорниной и С. Альтиулера "Как устроен человек?"</i></p>	<p><i>Рассматривание и чтение книги Г. Юдин «Главное чудо света»</i></p>
Февраль «Что нужно для того, чтобы не болеть?» (3-4, 4-5 лет)			
<p><i>Беседа "Что делать, если заболел?" Как беречь других?"</i> Цель: обучение узнаванию признаков заболевания и формирование у детей желания и умения проявлять заботу о других.</p>	<p><i>Беседа «Осторожно! Лекарства!»</i> Цель: знакомство детей с тем, что нужно осторожно обращаться с лекарствами.</p>	<p><i>Сюжетно - ролевая игра "Аптека"</i> Цель: развитие игрового взаимодействия.</p>	<p><i>Сюжетно - ролевая игра "Кукла заболела"</i> Цель: развитие у детей умения решать проблемную ситуацию.</p>
<p><i>Беседа "Остров здоровья"</i> Цель: профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур</p>	<p><i>Беседа «Путешествие в страну Неболейка»</i> Цель: профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур</p>	<p>Чтение книги «Азбука здоровья». Цель: правила поведения для сохранения здоровья</p>	<p><i>"В здоровом теле здоровый дух" - физкультурный досуг</i> Цель. Формирование у детей положительного отношения к двигательной активности через физическую культуру.</p>
Март «Правильное питание» (3-4, 4-5 лет)			
<p><i>Беседа «Витамины и полезные продукты»</i> Цель: формирование у детей представления о том, что здоровье зависит от здорового питания и употребления витаминов.</p>	<p><i>Дидактическая игра "Вредные - вкусные?"</i> Цель: закрепление представления о том, о том что есть полезные и не очень полезные, но порой вкусные продукты.</p>	<p><i>Игровая ситуация «Завариваем лечебный чай».</i> Цель: формирование представления о роли лекарственных растений для здоровья.</p>	<p><i>"Беседа о живых витаминах».</i> Цель: формирование представления о том, что в растениях содержатся настоящие живые витамины, эти растения можно вырастить даже дома и в группе.</p>
<p><i>Беседа "Что вы кушаете дома и покупаете в магазине? Всегда ли это полезно?"</i> Цель: формирование правильного поведения в ситуации выбора.</p>	<p><i>Сюжетно – ролевая игра «Магазин полезных продуктов»</i> Цель: закрепление правильного поведения в ситуации выбора.</p>	<p>Чтение В. Ковальчук «Сказка о здоровом питании» Цель: воспитание потребности в употреблении в пищу полезных продуктов.</p>	<p>Чтение Э. Успенский «Дети, которые плохо едят в детском саду», С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала». Цель: формирование желания хорошо питаться.</p>

Апрель «Наши эмоции, настроение и поступки» (3-4, 4-5 лет)

<p><i>Беседа "Наши хорошие поступки"</i> Цель: формирование связи между хорошими поступками людей и настроением у окружающих нас взрослых, родных, друзей.</p>	<p><i>Ситуативный разговор. "За что меня можно похвалить?"</i> Цель: формирование связи между хорошими поступками людей и настроением у окружающих нас взрослых, родных, друзей</p>	<p><i>Тренинг «Калейдоскоп эмоций»</i> Цель: показ и обучение детей умению выражать свои эмоции, сформировать их связь с разными ситуациями.</p>	<p><i>Дигра "Узнай эмоцию?"</i> Цель: обучение умению определять разное эмоциональное состояние человека.</p>
<p><i>Беседа "Какой я"(эмоции)</i> Цель: формировать эмоциональную сферу детей, учить понимать свои эмоции.</p>	<p><i>Беседа "Какой я" (поступки)</i> Цель: формировать рефлексию своих поступков.</p>	<p><i>Беседа "Как решать конфликты?"</i> Цель: Научить детей разрешать межличностные конфликты, контролировать свои эмоции. Учить пользоваться нормами – регуляторами (уступать, договариваться, извиняться).</p>	<p><i>Беседа "Мы такие разные?"</i> Цель: Дать представление детям о различии полов. Формировать у детей о мужественности и женственности, желание быть сильными, смелыми; нежными, красивыми.</p>

2021 - 2022 у. г. (старшая группа)

Блок «Беседы, игры»

Месяц	Беседы	Дидактические игры	Сюжетно-ролевые игры
Октябрь	Как заботиться о здоровье?	Что лишнее...	«Поликлиника»
Ноябрь	На приеме в поликлинике	Если кто-то заболел ...	«Больница»
Декабрь	О здоровой пище	Классификация	«Готовим обед»
Январь	Чистота и здоровье	Что лишнее...	«Уборка в доме»
Февраль	Спорт – это здоровье!	Лото «Спорт»	«Я – спортсмен»
Март	Безопасный дом	Безопасно - опасно	«Пожарные»
Апрель	Безопасный мир	Классификация	«Безопасный город»

Блок «Чтение художественной литературы. ИКТ».

Месяц	Темы	Чтение и обсуждение	Просмотр и обсуждение
Октябрь	Как заботиться о здоровье?	М. Витковская «О том, как мальчуган здоровье закалял» О. Высотская «Волны» С. Михалков «Про мимозу» В. Лебедев –Кумач «Закаляйся» П. Воронько «Спать пора» Н. Лоткин «Тихий час» С. Михалков «Не спать» С. Маршак «Дремота и зевота» Т. Варламова «Мой день» С. Олексяк «Распорядок дня» Э. Успенский «Зарядка»	Фиксики-Тренажёр https://www.youtube.com/watch?v=ueFE6j18RkY Азбука здоровья. Распорядок https://www.youtube.com/watch?v=ofkbNrPN2zs
Ноябрь	У врача	К. Авдеев «Дятел-стоматолог» Р. Кудашева «Петушок» И. Карнацкий «Постельный режим» А. Крылова «Заболел петух ангиной» Г. Лебедева «Скорая помощь» С. Михалков «Прививка», «Как медведь трубку нашёл», «Грипп», «Ангина», «Тридцать шесть и пять». Л. Огурцова «Я простужен» Н. Пинкулева «Баба Ёжка врачу позвонила» Н. Рубцов «Болезнь не интересно» Е. Упенский «Детский врач»	«Доктор Плюшева» http://hdrezka.ag/cartoons/kids/18956-doktor-plyusheva.html
Декабрь	О питании	З. Александрова «Большая ложка»	Фиксики-Витамины

		<p>Е. Благина «Про малину» В. Ковальчук «Сказка о здоровом питании» А. Кардашова «За ужином» С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала» Н. Носов «Мишкина каша» Ю. Тувим «Овощи» Э. Успенский «Дети, которые плохо едят в детском саду»</p>	<p>https://www.youtube.com/watch?v=6LHgo4ziw4c О здоровом питании https://www.youtube.com/watch?v=D87EzprlFwE Приключения Тани и Вани в стране продуктов https://www.youtube.com/watch?v=bLjOEnQbRiE Пчёлка Умняша: полезные и вредные продукты https://www.youtube.com/watch?v=UGlk5HhqnSA Развивающие мультики Песенка для детей про еду и разные продукты – БЯКА https://www.youtube.com/watch?v=M4TjdjM7hXU</p>
Январь	Чистота и здоровье.	<p>А. Барто «Девочка чумазая» Г. Голова «Замарашка» М. Аким «Мыло» А. Кузнецова «Кто умеет?» В. Коростылёв «Королева зубная щётка» Н. Найдёнова «Наши полотенца» Ю. Тувим «Письмо к детям по одному важному делу» К. Чуковский «Мойдодыр» и «Федорино горе» М. Яснов «Я мою руки»</p>	<p>Мультфильм "Игра ГИГИЕНА" https://www.youtube.com/watch?v=qBHZn_tS654 Развивающие мультики "Уроки тетушки Совы - Уроки Осторожности". 1. МИКРОБЫ</p>
Февраль	О спорте	<p>А. Бах «Надо спортом заниматься» А. Барто «Зарядка» Заходер Б. Гимнастика для головастика: Сказка. Е. Канн «Наша зарядка» Э. Керра «О пользе спорта и физкультуры» А. Павлова «Весёлая зарядка» В. Суслова «Про Юру и физкультуру»</p>	<p>Барбоскины. В здоровом теле - здоровый дух https://www.youtube.com/watch?v=ngR8ncMYzKM</p>
Март	Безопасный дом		<p>Развивающие мультики "Уроки тетушки Совы - Уроки Осторожности". 1. ЛЕКАРСТВА 2. ОГОНЬ 3. ОСТРЫЕ ПРЕДМЕТЫ 4. ГОРЯЧИЕ ПРЕДМЕТЫ 5. ЭЛЕКТРИЧЕСТВО</p>
Апрель	Я на улице	<p>А. Барто «Гроза» М. Богданова «Костёр» Б. Житков «Пожар в море» А. Иванов «Как не разлучные друзья дорогу переходили» М. Кривич, О. Ольгин «Школа пешехода» С. Михалков «Дядя Стёпа милиционер», «Шагая осторожно...», «Как девочка Таня загорала». С. Маршак «Светафор» «Кошкин дом» В. Семерин «Запрещается – разрешается» И. Серяков «Горят огни на перекрёстках» О. Тарутин «Для чего нам светофор» В. Тунников «Спички» Г. Шалаева « Не ешь незнакомые ягоды в лесу», Большая книга правил поведения для воспитанных детей. - М.:»Эскимо», 2005 «Не ходи по льду водоёма» Шорыгина «Волшебный мяч»</p>	<p>Развивающие мультики "Уроки тетушки Совы - Уроки Осторожности". 1. ВОДОЕМЫ 2. НЕЗНАКОМЦЫ</p>