**Перспективное планирование по здоровьесбережению во второй младшей группе на 2015-2016 учебный год**

**Воспитатель:** Морозова Н.П.

МБДОУ «Детский сад №2» г.Сосногорск

**Сентябрь**

***Это – Я.***

1.**НОД:** «Это – Я и мои друзья».

Цель: Дать представления о человеке: о себе, мальчиках и девочках, близких родственниках. Познакомить с частями тела человека (голова, туловище, руки, ноги)

2.**НОД:** «Мишка -Топтыжка знакомится с ребятами».

Цель: Формировать умение называть сверстников по именам; действовать согласовано в игре; способствовать сближению детей, установлению доброжелательных отношений, проявлению интереса к взрослым, их действиям; развивать интерес у детей друг к другу, потребность в общении со взрослыми, доброжелательность к ним

3. **Игротерапия**: «Знакомство друг с другом». Цель: Объединение детей в группы.

**Октябрь**

***Наши важные помощники.***

1.**НОД:** «Водичка, водичка».

Цель: Приучать детей самостоятельно мыть руки, лицо, полоскать рот после еды, чистить зубы, расчёсываться, пользоваться носовым платком.

2. **Дидактическая игра:** « Умоем куклу».

Цель: Перенести полученные навыки умывания в игровые действия; поддерживать положительные чувства к процессу умывания

3. **Дидактическая игра:** «Расти коса до пояса… »

Цель: Познакомить с парикмахерскими принадлежностями; использовать игрушки – заменители; обогащать и развивать словарный запас за счёт слов: стричь, сушить волосы, причёсываться

4. **Чтение художественной литературы**: «Утром, чистя зубы, помни про себя, что зубная щётка только для тебя… »

Цель: Закреплять знания детей о предметах личной гигиены.

5. **Релаксация:** Слушание звуков природы.

Цель: Создавать спокойную психологическую обстановку в группе

**Ноябрь**

***В гостях у доктора Айболита.***

1. **Экскурсия** в медицинский кабинет.

Цель: Познакомить с профессиями врача, медсестры; показать как врач заботится о детях; расширить игровой опыт детей; воспитывать уважение к труду взрослых

1. **Игра – инсценировка:** «Оля и Айболит».

Цель: Выделять и называть части тела, предметы одежды куклы, учить соотносить со словом игровые действия с куклой.

1. **Кукольный театр:** «Мишка заболел».

Цель: Закрепить полученные знания о работе мед. персонала; вызвать чувства сострадания к больному; воспитывать заботливое отношение к близким.

**Декабрь**

***«Маша варежку одела… »***

1.**Дидактическая игра**: «Оденем куклу Таню на прогулку».

Цель: Познакомить с сезонными видами одежды и её назначением по сезонам; развивать потребность в обращении с вопросами и просьбами к взрослому; воспроизводить игровые действия; закрепить название предметов одежды.

2. **Кукольный театр:** «Как Маша с Ваней в гости собирались».

Цель: Закрепить ранее полученные знание (навыки последовательного надевания верхней одежды на куклу) ; доставать детям радость.

3.**Цикл прогулок:** «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья».

Цель: Рассказать детям о пользе прогулок, о необходимости правильно одеваться на прогулку. Связать понятие о времени года с разнообразием сезонной одежды людей.

**Январь**

***«Баю, баюшки, баю… спать»***

1. **НОД:** «Баю, баюшки, баю… спать».

Цель: Познакомить с новой игровой цепочкой действий (положить матрац на кровать, застелить простынкой, положить подушку, уложить куклу, накрыть её одеялом) ; научить ласково обращаться с куклой.

2. **Дидактическая игра:** «Кукла Маша проснулась».

Цель: Учить одевать на куклу одежду – девочку, соблюдая последовательность с небольшой помощью взрослых; закрепить названия одежды.

3. **Чтение художественной литературы:** «Сонные сказки». Чтение сказок, стихов, потешек на тему «Здоровый сон».

Цель: Учить детей спокойно и тихо ложиться в кровать, не мешая другим детям. Формировать правила культуры поведения во время режимных процессов.

**Февраль**

***Витамины***

1.**Беседа** о пользе витаминов.Рассматривание наглядного пособия.

Цель: Дать детям понятие о витаминах, а также о продуктах полезных для здоровья. Привлечь внимание детей к плакату «Правильное питание» из серии «Смешарики».

2. **Дидактическая игра:** «Где живут витамины».

Цель: Закрепить в игровой форме знания, полученные ранее.

3. **НОД:** «Витаминки для Иринки».

Цель: Закрепить в игровой форме знания, полученные ранее.

**Март**

***Разговор о правильном питании.***

1.**Дидактическая игра:** «Как Катя готовит обед».

Цель: Учить называть качества продукта и действия, совершаемые с ним (разрезать, посолить, перемешать) ; обогащать и активизировать словарь за счет названий обеденных блюд (суп, макароны, котлеты, компот и др.) ; отражать в речи правила поведения (перед приготовлением еды – помыть руки, помыть продукты и др.).

2. **Дидактическая игра:**  «Фрукты или овощи».

Цель: Учить различать фрукты и овощи по внешнему виду и по месту произрастания. Закрепить знания детей о полезных продуктах.

3. **Рассказ воспитателя:** «Пейте, дети, молоко будете здоровы».

Цель: Рассказать детям о пользе молочных продуктов.

4.**Обобщающая беседа:** «Что надо кушать, чтобы быть здоровым?».

Цель: Обобщить знания детей о полезных продуктах

**Апрель**

***Спорт – наш друг.***

1.**Беседа:** «Как стать сильным здоровым? ».

Цель: Уделить особое внимание подготовке к утренней гимнастике и физкультурным знаниям, рассказать детям о необходимости заниматься спортом.

2. **Кукольный театр**: «Зачем надо заниматься спортом? ».

Цель: Посредствам кукольного театра продолжать рассказывать детям о пользе спортивных занятий. Воспитывать интерес к спорту.

3.**Беседа:** «Утренняя гимнастика».

Цель: Рассказывать детям о пользе зарядке. Проведение гимнастики в игровой форме на улице, создать у детей хорошее настроение.

**Май**

***«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья! »***

1. **Беседа:** «Раз, два, три, четыре, пять – собираемся гулять… ».

Создание интереса к прогулкам, использование игровых приемов, мотивация деятельности детей на прогулке.

2. **Кукольный театр:** «Что такое хорошо, что такое плохо… ».

Цель: Посредствам кукольного театра рассказать детям о правилах поведения на прогулке (не находиться долго на солнце, не забывать надевать головной убор и др.).

3. **Физкультурный праздник:** «Сильные, умелые ловкие и смелые».

Цель: Создание хорошего настроения. Вызвать интерес к спортивному мероприятию. Воспитывать желание вести активный образ жизни.