**Перспективное планирование по здоровьесбережению в средней группе на 2016-2017 учебный год**

**Воспитатель:** Морозова Н.П.

МБДОУ «Детский сад №2» г.Сосногорск

**Сентябрь**

1.**Беседа: «Витамины».**

**Задачи:** Научить ребёнка заботиться о своём здоровье. Дать детям знания о пользе витаминов для нашего организма.

 2. **Игровая ситуация: «Научим куклу мыть руки пред едой».**

**Задачи:** Учить детей под контролем взрослого, а затем и самостоятельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирать личным полотенцем.

 3. **Сюжетно-ролевая  игра: «Ветеринар».**

**Задачи:**Обеспечить у детей интерес к сюжетно – ролевой игре, помочь создать игровую обстановку. Способствовать расширению знаний о животных, об их внешнем виде, по памяти характеризовать их.

 4. **Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Федорино горе».**

**Задачи:**Продолжить знакомство с творчеством К.И. Чуковского. Учить детей отвечать на вопросы. Воспитывать бережное отношение к посуде. Оценить поступки Федоры. Развивать способность сопоставлять иллюстрации с соответствующим отрывком произведения.

**Октябрь**

1.**Беседа  «Если хочешь быть здоров».**

**Задачи:** Научить ребёнка заботиться о своём здоровье. Совершенствовать представления о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

2. **Игровая ситуация: «Поможем кукле умыться».**

**Задачи:** Учить детей под контролем взрослого, а затем и самостоятельно умываться, насухо вытирать личным полотенцем.

3. **Сюжетно-ролевая игра: «Парикмахерская».**

**Задачи:**Познакомить детей с работой парикмахера. Вовлечь детей в сюжетно-ролевую игру; побуждать к самостоятельности в импровизации роли, воспитывать дружеское отношение к друг другу, культуру поведения в общественных местах.

**Ноябрь**

1.**Беседа  «Чистота — залог здоровья!».**

**Задачи:** Приобщение воспитанников к чистоте, соблюдению личной гигиены, правилам здорового образа жизни.

2. **Игровая ситуация: «Поможем кукле расчесать волосы».**

**Задачи:** Учить пользоваться расческой. Учить спокойно вести себя, проявлять вежливость и  аккуратность, заботу о кукле.

3. **Сюжетно-ролевые игра: «Наводим чистоту в комнате».**

**Задачи:** Вызывать у детей интерес к совместной со взрослым игровой деятельности и формировать умение принимать воображаемую ситуацию. Объяснить, зачем необходимо наводить порядок.

**Декабрь**

1.**Беседа  о культурно-гигиенических навыках.**

**Задачи:** Способствовать осмыслению детьми необходимости соблюдения правил личной гигиены, познакомить с алгоритмом выполнения культурно-гигиенических навыков, приучать детей следить за своим внешним видом, продолжать формировать умение правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, насухо вытираться после умывания.

2. **Игровая ситуация: Оденем куклу на прогулку**

**Задачи:** Воспитывать бережное отношение к вещам, оказывать взаимопомощь друг другу при одевании. Развивать мелкую моторику рук, наглядно-действенного мышления. Учить детей различать и называть предметы одежды, дифференцировать одежду для мальчиков и для девочек, узнавать ее на картинках, последовательно одевать куклу. Одеваться по сезону.

3. **Сюжетно-ролевые игра: «Доктор»**

**Задачи:**Развивать интерес и уважение к профессии;

формировать способности устанавливать простейшие связи; учить выполнять игровые действия совместно со взрослым, по подражанию взрослого; стимулировать и поддерживать речевую активность детей во время действий с образными игрушками; учить детей вместе со взрослым организовывать место для игры с различными образными игрушками; формировать умение самостоятельно подбирать атрибуты для роли.

4. **Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Мойдодыр».**

**Задачи:**Продолжить знакомство с творчеством К.И. Чуковского. Учить детей отвечать на вопросы. Развивать способность сопоставлять иллюстрации с соответствующим отрывком произведения. Продолжать закрепление знаний детей о культуре гигиены, формирование положительного отношения к здоровому образу жизни, развивать аккуратность, чистоплотность, желание быть всегда опрятным, красивым.

**Январь**

1.**Беседа  «Здоровые зубки».**

**Задачи:** Объяснить причину болезни зубов. Формировать потребность в сохранении зубов здоровыми. Приучать ребенка быть внимательным к себе, к состоянию своих зубов.

2. **Игровая ситуация: «Купание куклы».**

**Задачи:** Формировать представление о культурно-гигиенических навыках, о предметах необходимых для водных процедур, активировать знания детей о купании, формировать положительное отношение к водным процедурам.

3. **Сюжетно-ролевые игра: «Поликлиника».**

**Задачи:** Закрепить ранее полученные знания о труде врача, обогащать словарный запас, развивать речь детей, формировать у детей умение играть по замыслу, стимулировать творческую активность, формировать дружеские взаимоотношения.

**Февраль**

1.**Беседа**«Быть здоровым –хорошо! Болеть – плохо!»

**Задачи:** Учить детей различать признаки здоровья, учить несколькими фразами рассказывать о своём здоровье, развивать умение переносить полученные ранее знания на конкретные жизненные ситуации. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

2. **Игровая ситуация: «Научим куклу чистить зубки».**

**Задачи:** Формировать умение пользовать зубной щеткой, учить правильно ухаживать за зубками.

3. **Сюжетно-ролевые игра: «Аптека».**

**Задачи:** Способствовать накоплению игрового опыта. Расширить знания о профессиях работников аптеки: фармацевт делает лекарства, кассир-продавец продает их, заведующая аптекой заказывает нужные травы и другие препараты для изготовления лекарств, расширить словарный запас детей: «лекарственные препараты», «фармацевт», «заказ», «лекарственные растения».

**Март**

1.**Беседа  «Грязные и чистые руки».**

**Задачи:** Рассказать, как простое мытье рук с мылом помогает эффективно бороться с заболеваниями.

2. **Игровая ситуация: «Кукла Маша у зубного врача».**

**Задачи:** Воспитывать доброжелательное отношение к посещению врача стоматолога. Воспитывать у детей бережное отношение

к своему здоровью. Расширять знания детей о гигиене полости рта. Дать знания о причинах повреждения зубов.

3. **Сюжетно-ролевые игра: «Игрушки у врача».**

**Задачи:** Учить детей уходу за больными и пользованию медицинскими инструментами, воспитывать в детях внимательность, чуткость, расширять словарный запас: ввести понятия «больница», «больной», «лечение», «лекарства», «температура», «стационар».

**Апрель**

1.**Беседа  «Здоровье в порядке — спасибо зарядке».**

**Задачи:** Повышение интереса детей к утренней зарядке, формирование привычки к соблюдению режима дня.

2. **Игровая ситуация: «Посещение больного».**

**Задачи:** Учить детей различать признаки здоровья, учить несколькими фразами рассказывать о своём здоровье. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

3. **Сюжетно-ролевые игра: «Магазин полезных продуктов».**

**Задачи:** Дать представление о полезных продуктах и здоровом питании. Расширять знания о функционировании магазина.

**Май**

1.**Беседа  «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья».**

**Задачи:** Формировать представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влияние на здоровье. Рассказать о взаимосвязи здоровья человека с природными и погодными явлениями.

2. **Игровая ситуация: «У куклы Маши  болят зубки».**

**Задачи:** Познакомить с понятиями «здоровье» и «болезнь». Учить заботиться о своем здоровье, сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью, осознавать необходимость лечения.

3. **Сюжетно-ролевые игра: «Поварята».**

**Задачи:** Формировать представление о зависимости здоровья человека от правильного питания. Актуализировать представления о рациональном питании. Научить определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |