

Муниципальное казенное  
дошкольное образовательное учреждение  
«Рябинка»

Единый проект  
детского сада по физическому развитию

«Я здоровье сберегу...»



Авторы:

Абдрахманова Н.А. старший воспитатель

Бердюгина Т.В., инструктор по ФК

гп. Куминский 2020

2.	Пояснительная записка	04
3.	Модуль 1 «Чистота – залог здоровья»	05
4.	Модуль 2 «Я такой»	11
5.	Модуль 3 «Быть здоровыми все могут – спорт и отдых нам помогут»	15
6.	Модуль 4 «Сохранить здоровье чтоб...»	20
7.	Приложение 1.	27
8.	Приложение 2.	28
9.	Приложение 3	31

**Содержание:**

## Информационная карта проекта

1. Полное название проекта: Единый проект детского сада по физическому развитию «Я здоровье сберегу...»
2. Авторы проекта:
3. Руководитель творческой группы и куратор: Н.А. Абдрахманова, старший воспитатель
4. Кадры: воспитатели, специалисты, младшие воспитатели.
5. Адрес организации: г.п.Куминский, ул.Школьная , 7.
6. Телефоны: 8 (34677)39468
7. Тип проекта: практико - ориентированный.
8. По характеру контактов: ДОУ, семья
9. По составу участников: все группы детского сада
10. По типу объекта проектирования: физическое развитие
11. Направление деятельности проекта: укрепление и сохранение здоровья дошкольников
12. Место проведения: г.п. Куминский, ул.Школьная, 7, МКДОУ «Рябинка»
13. Сроки проведения: долгосрочный (01.10.2018 – 31.05.2019)
14. Участники проекта: воспитанники детского сада, их родители, педагоги, специалисты, младшие воспитатели.
15. Возраст детей: от 1,5 до 7 лет
16. Форма проведения: совместная образовательная деятельность в режимных моментах
18. Ожидаемые результаты:

**Воспитанники:** значительное повышение знаний о чистоте и опрятности своего внешнего вида. Сформированы представления о чистоте и положительном отношении к здоровому образу жизни, расширились и закрепились знания детей о правилах и предметах личной гигиены, научились соблюдать и поддерживать чистоту не только в помещении, но и на улице. Сформированы представления о своем теле, здоровье, безопасности. Расширились представления о пользе здорового питания и витаминов. Научились бережному отношению к своему организму, умеют оценивать себя и свое состояние.

**Родители:** активное участие родителей (законных представителей) в воспитательно – образовательном процессе по вопросам сохранения и укрепления здоровья воспитанников, стремления вести здоровый образ жизни. Пополнение РППС групп и методического кабинета дидактическим и игровым материалом.

**Воспитатели и специалисты:** повысился уровень профессиональной компетенции педагогов в вопросах сохранения и укрепления здоровья воспитанников

## Пояснительная записка

*Я не боюсь еще и еще раз повторить:  
забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя.  
От жизнерадостности, бодрости детей зависит их  
духовная жизнь, мировоззрение,  
умственное развитие, прочность знаний,  
вера в свои силы.  
В.А. Сухомлинский*

### **Введение.**

Статистика утверждает, что здоровье ребенка зависит на 20 % от наследственных факторов, на 20 % - от условий внешней среды, на 10 % - от деятельности системы здравоохранения, а на 50 % - от самого человека, от того образа жизни, который он ведет.

Главная особенность здоровьесберегающего воспитания – это формирование соответствующей мотивационной сферы детей, то есть поведенческих реакций, направленных на сохранение и укрепление собственного здоровья. Эта мотивационная направленность должна стать в дальнейшем доминирующей в поведении детей, их стремлении вести здоровый образ жизни.

**Цель:** формирование убеждений и привычек здорового образа жизни у детей раннего и дошкольного возраста.

### **Задачи проекта:**

1. Осуществлять решение задач здоровьесбережения и здоровьесформирования в условиях детского сада и семьи посредством использования разных форм организации детей, интеграции содержания и задач образования дошкольника.
2. Обогащать развивающую среду дидактическим и игровым материалом по проблеме.
3. Повысить профессиональную компетентность педагогов.
4. Сформировать активную родительскую позицию на основе тесного взаимодействия дошкольного учреждения и семьи по вопросам сохранения и укрепления здоровья воспитанников, стремления вести здоровый образ жизни.
5. Организовать психолого-педагогическое сопровождение ребёнка в процессе реализации проекта, его продвижение и успешность.

### **Принципы:**

Программа проекта построена в соответствии с возрастными и психологическими особенностями развития детей раннего и дошкольного возраста, с опорой на основные принципы:

- Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов учебно – воспитательного процесса. Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, индивидуальный подход, создание для каждого ситуации успеха.
- Творческий характер образовательного процесса. Использование в работе активных методов и форм обучения.
- Обеспечение мотивации образовательной деятельности. Ребенок – субъект образования и обучающего общения.

- Построение учебно – воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций.
- Осознание ребенком успешности в любых видах деятельности.
- Рациональная организация двигательной активности
- Обеспечение адекватного восстановления сил. Смена видов деятельности.
- Обеспечение прочного запоминания. Научно обоснованная система повторения – необходимое условие здоровьесберегающих технологий.

Проект ориентирован на детей раннего и дошкольного возраста с 1,5 до 7 лет и состоит из четырех модулей: «Чистота – залог здоровья», «Я – такой!», «Быть здоровыми все могут – спорт и отдых нам помогут!», «Сохранить здоровье чтоб...». Задачи образовательной деятельности реализуются в совместной со взрослыми и самостоятельной деятельности детей ежедневно. Продолжительность одного занятия: младший возраст – не более 10 мин, средний возраст – не более 15 мин, старший возраст – не более 20 мин.

**Срок реализации:** учебный 2020 - 2021 год.

**Основные направления проекта:**

Культурно – гигиенические навыки

Строение человека и значение здорового питания

Соблюдение двигательного режима

Гигиена, значение режима дня, эмоциональное здоровье.

**Формы и методы непосредственно образовательной деятельности:** игра

(развивающая, дидактическая, сюжетно – ролевая, ситуативная, театрализованная, режиссерская), рассматривание, наблюдение, чтение, экспериментирование, рассказ, беседа, проблемная ситуация, занятие – игра.

**Этапы реализации проекта:**

**1. Подготовительный**

- 1.1. Создание рабочей группы по проблеме, составление плана работы.
- 1.2. Мониторинг по основным направлениям проекта
- 1.3. Составление перспективных тематических планов модулей по работе с детьми, родителями, педагогами.
- 1.4. Подбор методического материала по проекту
- 1.5. Экспресс – диагностика для воспитателей, родителей «Формирование внутренней картины здоровья»

**2. Основной. Реализация проекта.**

**2.1. Модуль «Чистота – залог здоровья»**

**Тема:** Культурно – гигиенические навыки.

**Возраст:** 1,5 – 3 года (группа раннего возраста), 3 – 4 года (вторая младшая группа)

**Актуальность:**

Культурно – гигиенические навыки – важная составляющая часть культуры поведения. Воспитание у малышей личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья. В детском саду у детей воспитываются навыки по соблюдению чистоты тела, культуре еды, поддержание порядка в окружающей обстановке. Актуальность проекта продиктована:



- потребностью формирования культурно – гигиенических навыков, соответствующих возрасту детей;
- необходимостью развития интереса к здоровому образу жизни.

**Ожидаемый результат:**

- Осознанное отношение детей и их родителей к состоянию здоровья как основному фактору успеха на последующих этапах жизни.
- Значительное повышение знаний о чистоте и опрятности своего внешнего вида.
- Расширение и обогащение опыта детей в плане поддержания чистоты – личной и в окружающей среде (внешний вид, личный шкафчик, стульчик с одеждой, игрушки в группе, прогулочная территория).
- Умение замечать и устранять имеющиеся недостатки.

**Цель:** формирование культурно – гигиенических навыков.

**Задачи:**

- Формировать представление о чистоте и здоровом образе жизни.
- Расширить знание детей о правилах и предметах личной гигиены.
- Научить соблюдать и поддерживать чистоту не только в помещении, но и на улице.
- Создать условия по формированию у младших дошкольников и их родителей ценностного отношения к своему здоровью.
- Привлечь родителей к активному участию в жизни детского сада.

**Содержание психолого – педагогической работы по освоению детьми образовательных областей в рамках проекта.**

**Перспективный план работа с детьми**

<b>сентябрь</b>			
Нед ели	ОО	Содержание образовательной деятельности	Особые отметки
1- 2	П.Р.	Чтение стихотворения А.Барто «Девочка чумазая».	
	С-К.Р.	Приобщение к сюжетно – ролевой игре «Семья».	
	Р.Р.	Беседа о правилах личной гигиены и безопасности в туалетной комнате.	
	Х-Э.Р	Чтение А.Барто «Девочка чумазая» Музыкальная игра «Где же наши ручки?» (муз.Т.Ломовой) Рисование красками «Дождик»	
	Ф.Р	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Физкультминутки (ежедневно) Подвижная игра «У медведя во бору»	
3-4	П.Р.	Разрешение проблемной ситуации: «Кукла грязнуля пришла в гости поиграть с детьми» (по стихотворению А.Барто «Девочка чумазая»).	
	С-К.Р.	Отработка умения одеваться и раздеваться в определённом порядке.	
	Р.Р.	Тренировка проговаривания последовательности действий при раздевании и одевании.	
	Х-Э.Р	Чтение стихотворения З.Александрова «Топотушки». Слушание аудиодисков с релаксирующей музыкой (шум дождя) перед сном.	

		Рисование пальчиками по манке «Дождик».	
	Ф.Р	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Физкультминутки (ежедневно) Подвижная игра «Осенние листочки»	
<b>октябрь</b>			
1-2	П.Р.	Просмотр и обсуждение мультфильма «К чистоте будь готов»	
	С-К.Р.	Отработка умения складывать в определённом порядке снятую одежду.	
	Р.Р	Ситуативные беседы на тему «Внешний вид»	
	Х-Э.Р.	Чтение стихотворения З.Александрова «Купание» Слушание аудиодисков с релаксирующей музыкой (шум моря) перед сном. Раскрашивание карандашами бумажных кукол и их одежды.	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Физкультминутки (ежедневно) Ситуативный разговор об аккуратности внешнего вида.	
3-4	П.Р.	Чтение стихотворения К. Чуковского «Мойдодыр»	
	С-К.Р.	Беседа «Грязные руки – хорошо или плохо»	
	Р.Р.	Тренировка проговаривания последовательности действий при умывании.	
	Х-Э.Р.	Чтение стихотворения К.Чуковского «Мойдодыр» Прослушивание песен из мультфильма «Маша и медведь» (серия «Будьте здоровы») Рисование пальчиками по манке «Песочные и водяные человечки»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Физкультминутки (ежедневно) Подвижная игра «Птицы»	
<b>ноябрь</b>			
1-2	П.Р.	Разрешение проблемной ситуации: «Что взяла – клади на место» (по стихотворению З. Александровой)	
	С-К.Р.	Беседа: «Почему нельзя есть на улице»	
	Р.Р.	Ситуативная беседа «Внешний вид»	
	Х-Э.Р.	Чтение З. Александрова «Что взяла – клади на место» Музыкальная игра «Где же наши ручки» (муз.Т.Ломовой) Трафареты с изображением игрушек для рисования карандашами на тему «Моя любимая игрушка»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Физкультминутки (ежедневно) Подвижная игра «Пузырь»	
3-4	П.Р.	Просмотр и обсуждение мультфильма «Мудрые сказки тётушки совы. Грязнуля»	
	С-К.Р.	Беседа: «Грязные руки – хорошо или плохо»	
	Р.Р.	Ситуативная беседа «Кто такой неряха»	
	Х-Э.Р.	Чтение З. Александрова «Купание» Прослушивание аудиодиска 1(профилактика утомляемости):	

		П. Чайковский «Времена года». Рисование пальчиками по манке «Осенние листочки»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Физкультминутки (ежедневно) Подвижная игра «Ровным кругом»	
<b>декабрь</b>			
1-2	П.Р.	Игра с водой «Мыльные пузыри», «Кто разбудил китёнка»	
	С-К.Р.	Беседа о правилах безопасности и личной гигиене в туалетной комнате.	
	Р.Р.	Беседа по сюжетной картинке «Помоги маме навести порядок»	
	Х-Э.Р.	Чтение: И. Муравейка «Я сама». Прослушивание аудиодиска 2(снятие раздражения): Л. ван. Бетховен «Лунная соната», соч.27 № 2. Рисунки-раскраски с изображением капель воды.	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Физкультминутки (ежедневно) Подвижная игра «Самолёты»	
3-4	П.Р.	Экспериментирование с водой по рассказу Л. Дерягиной «О том, как водичка гулять отправилась»	
	С-К.Р.	Сюжетно-ролевая игра «Магазин»	
	Р.Р.	Образование уменьшительно-ласкательных форм существительных (тарелка-тарелочка, ложка-ложечка)	
	Х-Э.Р.	Чтение: Ю. Тувим «Письмо к детям по одному очень важному делу». Прослушивание аудиодиска 3 (снятие тревожности): И. Штраус «Сказки венского леса». Раскраски, штриховки.	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Петушок».	
<b>январь</b>			
1-2	П.Р.	Просмотр и обсуждение мультфильма «Королева Зубная щётка».	
	С-К.Р.	Сюжетно-ролевая игра «Доктор».	
	Р.Р.	Игра на координацию речи с движением «Зубная щётка» Н.В. Нищевой	
	Х-Э.Р.	Чтение: В. Коростылёв «Королева Зубная Щётка». Прослушивание аудиодиска 4 (повышение пищеварительной активности): П. Чайковский «Вальс цветов». Рисунки-раскраски с изображением принадлежностей личной гигиены.	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Через ручеек».	
3-4	П.Р.	Игра на развитие внимания «Найди непохожий»	
	С-К.Р.	Упражнения направленные на улучшение взаимодействий с	



		окужающими: «Игрушечный магазин».	
	Р.Р.	Ситуативная беседа «Зачем нужен носовой платок»	
	Х-Э.Р.	Чтение: Р. Самарец «Хорошие манеры» (сборник стихов). Прослушивание аудиодиска 5 (повышение физической активности, подъем после сна): А. Хачатурян «Танец с саблями». Рисование красками «Игрушки».	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Снежки».	
<b>февраль</b>			
1-2	П.Р.	Настольная игра: «Что за чем идёт»	
	С-К.Р.	Помощь воспитателю в уборке игрушек.	
	Р.Р.	Тренировка в употреблении формы личных местоимений (мой горшок, моя расческа, моё полотенце).	
	Х-Э.Р.	Чтение: К. Чуковский «Федорино горе». Прослушивание аудиодиска 5 (повышение физической активности, подъем после сна): М. Равель «Утро в лесу». Рисунки-раскраски с изображением одежды.	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Снежинки кружатся».	
3-4	П.Р.	Настольная игра «Пазлы по сказкам»	
	С-К.Р.	Упражнения направленные на улучшение взаимодействий с окружающими: «Покажи, как я люблю».	
	Р.Р.	Закрепление правильного произношения названий средств личной гигиены (зубная щётка, зубная паста).	
	Х-Э.Р.	Чтение: Л. Белкина «Куда ушли колготки». Прослушивание аудиодиска 5 (повышение физической активности, подъем после сна): М. Равель «Болеро». Рисование пальчиками на манке «Летят снежинки»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Гуси-Гуси».	
<b>март</b>			
1-2	П.Р.	Игра на развитие восприятия «Чудесный мешочек».	
	С-К.Р.	Наблюдение за трудовыми действиями дворника.	
	Р.Р.	Обыгрывание сказки «Колобок» на фланелеграфе.	
	Х-Э.Р.	Чтение: З. Александровой «Купание». Прослушивание аудиодиска 6 (успокаивающая музыка: успокоение, расслабление): Э. Григ «Увертюра». Трафареты с изображением овощей.	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Путешествие в лес».	
3-4	П.Р.	Игра на развитие внимания «Четвертый – лишний».	
	С-К.Р.	Беседа «Почему нельзя есть на улице».	

	Р.Р.	Обыгрывание сказки «Теремок» на фланеграфе.	
	Х-Э.Р.	Чтение: З. Александровой «Топотушки». Прослушивание аудиодиска 6 (успокаивающая музыка: успокоение, расслабление): И. Брамс «Колыбельная». Рисование красками «Травка растёт».	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Птички летают».	
<b>апрель</b>			
1-2	П.Р.	Просмотр и обсуждение мультфильма «Маша и медведь: Большая стирка».	
	С-К.Р.	Помощь воспитателю в уборке игрушек на прогулке.	
	Р.Р.	Беседа «Что ты уберешь в ящик для игрушек».	
	Х-Э.Р.	Чтение: М. Лёвкина «Сказка про гигиену рук». Прослушивание аудиодиска 7 (релаксация и саморегуляция): «Океанское побережье». Рисование пальчиками по манке «Солнышко».	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Зайка».	
3-4	П.Р.	Игра с песком «Песочные человечки».	
	С-К.Р.	Отработка умения складывать в определенном порядке снятую одежду.	
	Р.Р.	Образование уменьшительно-ласкательных форм существительных (юбка-юбочка, платок-платочек).	
	Х-Э.Р.	Чтение: И. Демьянов «Замарашка». Прослушивание аудиодиска 7 (релаксация и саморегуляция): «Дождь в лесу», «Голоса леса». «Рисование» пальчиками по манке «Песочные человечки».	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Детки в домиках сидят».	
<b>май</b>			
1-2	П.Р.	Игра «Наложение контуров» <i>Вариант 1.</i>	
	С-К.Р.	Беседа о правилах безопасности в туалетной комнате.	
	Р.Р.	Обыгрывание сказки «Курочка Ряба».	
	Х-Э.Р.	Чтение: В. Приходько «Вот как я взрослым стану...». Прослушивание аудиодиска 8 (творческий импульс): В. А. Моцарт «Маленькая ночная серенада». Рисование красками «Цветы».	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Самолеты».	
3-4	П.Р.	Игра «Наложение контуров» <i>Вариант 2.</i>	
	С-К.Р.	Помощь воспитателю в уборке игрушек в группе.	
	Р.Р.	Обыгрывание сказки «Репка» на фланелеграфе.	
	Х-Э.Р.	Чтение: А. Кондратьев «Зеркало».	

		Прослушивание аудиодиска 6 (успокаивающая музыка): Ф. Шуберт «Аве Мария». Раскраски с изображением фруктов.	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Поезд».	

## 2.2. Модуль «Я такой»

**Тема:** «Строение человека и значение здорового питания»

Возраст детей: 4-5 лет (средняя группа)

Срок реализации: 2020 – 2021 учебный год

### **Актуальность:**

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья, ведь именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер.

На этом этапе важно сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

### **Ожидаемый результат:**

Осознанное выполнение детьми правил здоровьесбережения и ответственное отношение, как собственному здоровью, так и к здоровью окружающих.

Заинтересованность родителей проблемой здоровьесбережения и здоровьесформирования.

**Цель:** познакомить детей со строением организма и элементарными приемами сохранения здоровья.

### **Задачи:**

1. Дать детям представление о себе: о своем теле, здоровье, безопасности.
2. Закрепить знание необходимых культурно – гигиенических навыков.
3. Расширять представления о пользе здорового питания и витаминов.
4. Формировать положительное отношение к здоровому образу жизни.
5. Воспитывать бережное отношение к своему организму, умение оценивать себя и свое состояние.
6. Создавать условия по формированию у дошкольников и их родителей ценностного отношения к своему здоровью.
7. Привлекать родителей к активному участию в жизни детского сада.

**Содержание психолого – педагогической работы по освоению детьми образовательных областей в рамках проекта.**

### **Перспективный план работа с детьми**

<b>сентябрь</b>			
Недели	ОО	Содержание образовательной деятельности	Особые отметки
1- 2	П.Р.	Экскурсия в медицинский кабинет	
	С-К.Р.	Сюжетно – ролевая игра «Больница»	
	Р.Р.	Беседа о себе.	

	Х-Э.Р	Чтение художественной литературы: К.Чуковский «Мойдодыр» Музыкальная игра: танец «Поссорились – помирились» Аппликация: «В гостях у Мойдодыра»	
	Ф.Р	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Физкультурный досуг «Мой веселый звонкий мяч»	
3-4	П.Р.	Экскурсия на кухню.	
	С-К.Р.	Беседа с инструктором по ФК	
	Р.Р.	Беседа «Как быть здоровым»	
	Х-Э.Р	<i>Чтение художественной литературы:</i> К.Чуковский «Айболит» <i>Слушание музыки:</i> П.Чайковский «Болезнь куклы» <i>Аппликация</i> «Грустный зайка»	
	Ф.Р	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Подвижная игра «Зайка серый умывается»	
<b>октябрь</b>			
1-2	П.Р.	Разрешение проблемных ситуаций	
	С-К.Р.	Создание книги сказок	
	Р.Р	Пальчиковая гимнастика	
	Х-Э.Р.	<i>Чтение художественной литературы</i> <i>Музыкальная игра</i> Рисование	
	Ф.Р.	Настольная игра «Валеология»	
3-4	П.Р.	Знакомство с правилами гигиены	
	С-К.Р.	Сюжетно – ролевая игра «Кукла заболела»	
	Р.Р.	Беседа о гигиене.	
	Х-Э.Р.	<i>Чтение художественной литературы</i> Г.Шалаева «Правила поведения для воспитанных детей» <i>Слушание музыки</i> А.Гречанинов «Котик выздоровел» <i>Рисование</i> «Нарисуй, что хочешь для здоровья»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Настольно – печатная игра «Что такое хорошо и что такое плохо»	
<b>ноябрь</b>			
1-2	П.Р.	Знакомство с правилами здорового питания	
	С-К.Р.	Сюжетно – ролевая игра «Магазин» (покупаем полезные для здоровья продукты)	
	Р.Р.	Беседа о питании	
	Х-Э.Р.	<i>Чтение художественной литературы</i> С.Михалков «Про девочку, которая плохо кушала» <i>Слушание музыки</i> «Детские песенки» <i>Лепка</i> «Овощи и фрукты на тарелочке»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия	

		Игра малой подвижности «Полезные и вредные продукты»	
3-4	П.Р.	Дидактические игры по теме проекта.	
	С-К.Р.	Просмотр мультфильмов «Уроки тетюшки Совы», серия «Уроки осторожности: микробы»	
	Р.Р.	Беседа «Как быть здоровым»	
	Х-Э.Р.	<i>Чтение художественной литературы</i> Потешки по теме проекта <i>Музыкальная игра</i> <i>Лепка «Зубная щетка»</i>	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Настольно – печатная игра «Полезные привычки»	
<b>декабрь</b>			
1-2	П.Р.	Разрешение проблемных ситуаций	
	С-К.Р.	Беседа о бережном отношении к своему здоровью	
	Р.Р.	Беседа «Как быть здоровым»	
	Х-Э.Р.	<i>Чтение художественной литературы</i> И.Токмакова «Мне грустно – я лежу больной» <i>Слушание музыки</i> <i>Рисование «Если хочешь быть здоров»</i>	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Игра малой подвижности «Покажите мне...»	
3-4	П.Р.	Знакомство со строением организма	
	С-К.Р.	Сюжетно – ролевая игра «Телефонный разговор»	
	Р.Р.	Беседа о своем теле	
	Х-Э.Р.	<i>Чтение художественной литературы</i> В.Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо» <i>Слушание музыки А.Гречанинов</i> <i>«Котик заболел»</i> <i>Рисование «Полезный натюрморт»</i>	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Рассматривание плаката «Мое тело»	
<b>январь</b>			
1-2	П.Р.	Экспериментирование «Позвоночник»	
	С-К.Р.	Сюжетно – ролевая игра «Поликлиника»	
	Р.Р.	Ситуативные разговоры	
	Х-Э.Р.	<i>Чтение художественной литературы</i> А.Крылов «Как лечили петуха» <i>Музыкальная игра</i> <i>Конструирование «Забавные человечки»</i>	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Подвижная игра «Кто дальше бросит»	
3-4	П.Р.	Экспериментирование «Что есть в легких»	
	С-К.Р.	Беседа по теме	
	Р.Р.	Пальчиковая гимнастика	



	Х-Э.Р.	<i>Чтение художественной литературы</i> Загадки по теме проекта <i>Слушание музыки</i> <i>Лепка</i>	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Настольно – печатные игры «Валеология»	
<b>февраль</b>			
1-2	П.Р.	Просмотр мультфильма «Азбука здоровья»	
	С-К.Р.	Беседа «Помоги себе и своему другу»	
	Р.Р.	Заучивание стихотворений	
	Х-Э.Р.	<i>Чтение художественной литературы</i> И.Токмакова «Колыбельная» <i>Музыкальная игра</i> <i>Аппликация</i>	
	Ф.Р.	Настольно – печатные игры «Первая помощь»	
3-4	П.Р.	Экспериментирование «Зачем костям нужен кальций»	
	С-К.Р.	Сюжетно – ролевая игра «Аптека»	
	Р.Р.	Ситуативный разговор «Осторожно лекарства»	
	Х-Э.Р.	<i>Чтение художественной литературы</i> <i>Слушание музыки</i> Рисование	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Игра малой подвижности « Веселый мячик»	
<b>март</b>			
1-2	П.Р.	Экспериментирование: Что есть в легких	
	С-К.Р.	Обрызгивание комнатных растений	
	Р.Р.	Ситуативный разговор	
	Х-Э.Р.	<i>Чтение художественной литературы</i> Слушание музыки: детские песенки Рисование: «Нарисуй что хочешь для здоровья»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия П.игра «Гуси, гуси»	
3-4	П.Р.	Разрешение проблемных ситуаций	
	С-К.Р.	Выращивание лука	
	Р.Р.	Пальчиковая гимнастика «Овощи»	
	Х-Э.Р.	<i>Чтение художественной литературы «Овощи»</i> Музыкальная игра	
	Ф.Р.	«Овощи и фрукты на тарелочке»	
<b>апрель</b>			
1-2	П.Р.	Дидактические игры по теме проекта.	
	С-К.Р.	Просмотр мультфильма «Уроки тетушки Совы», серия «Осторожно лекарства»	
	Р.Р.	Ситуативный разговор	
	Х-Э.Р.	<i>Чтение художественной литературы: потешки, загадки.</i> <i>Слушание музыки</i> <i>Аппликация</i>	

	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия П.игра «Огуречик, огуречик»	
3-4	П.Р.	Экскурсия в прачечную.	
	С-К.Р.	Беседа об осторожном обращении с ножницами, с клеем ПВА	
	Р.Р.	Беседа о гигиене, питании	
	Х-Э.Р.	<i>Чтение художественной литературы:</i> <i>Музыкальная игра</i> <i>Рисование»Расческа для мамы»</i>	
	Ф.Р.	Игра м.п. «Повторяйте все за мной»	
<b>май</b>			
1-2	П.Р.	Просмотр мультфильма «Смешарики»: «Азбука здоровья»	
	С-К.Р.	Изготовление с родителями книжек – малышек	
	Р.Р.	Ситуативный разговор	
	Х-Э.Р.	<i>Чтение художественной литературы:</i> Слушание музыки Лепка «Зубная щетка»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Настольно – печатная игра «Наши чувства и эмоции»	
3-4	П.Р.	Экспериментирование	
	С-К.Р.	Помощь помощнику воспитателя в наведении чистоты	
	Р.Р.	Заучивание стихотворений	
	Х-Э.Р.	<i>Чтение художественной литературы:</i> Музыкальная игра Аппликация	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Настольно печатная игра «Основы безопасности»	

### 2.3 Модуль «Быть здоровыми все могут - спорт и отдых нам помогут!»

**Тема:** соблюдение двигательного режима

**Возраст:** 5 – 6 лет (старшая группа)

**Актуальность:** в дошкольном возрасте необходимо формировать у детей представления о здоровом образе жизни, в частности о важности сна и необходимости заниматься спортом.

**Ожидаемый результат.**

1. Дети имеют начальное представления о составляющих здорового образа жизни (движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.
2. Знают о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.

**Цель:** формировать основу культуры здоровья.

**Задачи:**

1. Формировать начальное представление о здоровом образе жизни и потребности в нем.
2. Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей.
3. Воспитывать и закреплять культурно-гигиенические навыки.

4. Расширять представления детей о составляющих здорового образа жизни: занятие спортом и сон (отдых).
5. Формировать интерес к физической культуре и спорту, желание заниматься физкультурой и спортом.

**Содержание психолого – педагогической работы по освоению детьми образовательных областей в рамках проекта.**

**Перспективный план работа с детьми.**

<b>сентябрь</b>			
Не- дели	ОО	Содержание образовательной деятельности	Особые отметки
1-2	П.Р.	Знакомство с организмом человека, его потребность в сне, отдыхе	
	С-К.Р.	Формирование умений заправлять кровать после сна, поддерживать порядок в спальном комнате	
	Р.Р.	Русские пословицы и поговорки о сне	
	Х-Э.Р.	Акимова Г. «Сказка про дедушку Дрему» Леньков А. (Сборник русских народных сказок «Сказки дедушки Дремы») аудиокнига Аппликация «Медведь готовится к зиме» (сон)	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Физкультминутки (ежедневно) Подвижная игра «Совушка-сова»	
3-4	П.Р.	Беседа: знакомство с организмом, его потребностями в движении	
	С.-К.Р.	Лото «Валеология»	
	Р.Р.	Речевая игра «Назови одним словом»	
	Х.Э.Р.	Знакомство с русским народным творчеством (колыбельные, скороговорки) Музыкотерапия (профилактика утомляемости) Конструирование «Кровать для мишутки»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Физкультминутки (ежедневно) Подвижная игра «День-ночь»	
<b>октябрь</b>			
1-2	П.Р.	Знакомство с видами спорта и их особенностями (легкая атлетика)	
	С-К.Р.	Дидактическая игра «Летние виды спорта»	
	Р.Р.	Беседы «Летние виды спорта»	
	Х-Э.Р.	Чтение: Л.Толстой «Заяц и ёж» Слушание колыбельных песен (П. Чайковский) Рисование «Волейболисты»	
3-4	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Физкультминутки (ежедневно) Подвижная игра «Бездомный заяц»	
	П.Р.	Знакомство с видами спорта и их особенностями (футбол)	
	С-К.Р.	Дидактическая игра «Найди десять отличий»	

	Р.Р.	Беседы «Летние виды спорта» (футбол)	
	Х-Э.Р.	Чтение: Н. Спехова «Сказки на ночь» Л. ван. Бетховен «Лунная соната», соч.27 № 2. Лепка «Футбольный мяч»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Физкультминутки (ежедневно) Подвижная игра «Мячик кверху»	
<b>ноябрь</b>			
1-2	П.Р.	Знакомство с цифрой 11 (кол-во игроков футбольной команды)	
	С-К.Р.	Дидактическая игра «Подумай. Сосчитай. Расскажи»	
	Р.Р.	Речевая игра «Дополни предложение»	
	Х-Э.Р.	Чтение: М. Чистяков «Спи, малыш» Р. Паулс «Сон приходит» Рисование: «Футбольное поле»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Физкультминутки (ежедневно) Подвижная игра «Жмурки»	
3-4	П.Р.	Беседа по картинкам (одиночные виды спорта)	
	С-К.Р.	Знакомство с профессией спортсмена и трудом людей, работающих в сфере спорта	
	Р.Р.	Беседа: «Как мы отдыхаем в выходные»	
	Х-Э.Р.	Чтение: Э. Успенский «Крокодил Гена его друзья» Прослушивание аудиодиска 3 (снятие тревожности): Музыкальная игра Рисование: «Детки на зарядке»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «День-ночь».	
<b>декабрь</b>			
1-2	П.Р.	Экскурсия в медицинский кабинет	
	С-К.Р.	Сюжетно-ролевая игра «Доктор. Оказание первой помощи спортсмену при ушибе».	
	Р.Р.	Речевая игра: «Угадай по описанию»	
	Х-Э.Р.	Чтение: Е. Чарушин «Томкины сны». Прослушивание аудиодиска 4: П. Чайковский «Вальс цветов». Рисование «Олимпийский Чебурашка»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «У медведя во бору».	
3-4	П.Р.	Рассуждения об Олимпийском движении (летняя и зимняя Олимпиады)	
	С-К.Р.	Просмотр мультфильма «Смешарики»: «Азбука здоровья»	
	Р.Р.	Игра «Назови как можно больше предметов»	
	Х-Э.Р.	Разучивание слов песни «Колыбельная медведицы» (Ю. Яковлев)	

		Прослушивание аудиодиска 5: А. Хачатурян «Танец с саблями». Рисование красками «Наши сны».	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Снежки».	
<b>январь</b>			
1-2	П.Р.	Знакомство с особенностями природы в зимний период	
	С-К.Р.	Дидактическая игра «Лабиринт»	
	Р.Р.	Беседа: зимние виды спорта	
	Х-Э.Р.	Сборник сказок народов мира «Сказки на ночь» Прослушивание аудиодиска 5: М. Равель «Утро в лесу». Рисование: (катание с горки).	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Попади в цель» (с коробкой и шариками).	
3-4	П.Р.	Настольная игра «Пазлы по сказкам»	
	С-К.Р.	Обсуждение ситуации «Правила безопасности на льду»	
	Р.Р.	Разгадывание кроссворда на тему: «Зимние виды спорта»	
	Х-Э.Р.	Чтение: Н.Носов «Как Винтик и Шпунтик сделали пылесос» Прослушивание аудиодиск 5: М. Равель «Болеро». Аппликация «Снегопад»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Попади в цель» (с обручами и мячиками).	
<b>февраль</b>			
1-2	П.Р.	Рассуждение: «Каким видом спорта хотел бы заняться ребенок, почему»	
	С-К.Р.	Просмотр мультфильма «Хоккей»	
	Р.Р.	Беседа: «Зимние виды спорта»	
	Х-Э.Р.	Чтение: К.Чуковский «Федорино горе» Прослушивание музыки Лепка: санки	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Найди и промолчи».	
3-4	П.Р.	Знакомство с природными явлениями (вулкан – действующий и спящий)	
	С-К.Р.	Обсуждение ситуации «Если ты остался дома один»	
	Р.Р.	Игра «Назови одним словом»	
	Х-Э.Р.	Чтение: С. Маршак «Вот какой рассеяный» Музыкальная игра Рисование красками «Играем в снежки».	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Мы весёлые ребята».	



<b>март</b>		
1-2	П.Р.	Просмотр и обсуждение мультфильма «Чиполино».
	С-К.Р.	Сюжетно-ролевая игра «Семья»
	Р.Р.	Беседа о значении плавания
	Х-Э.Р.	Чтение: О.Р. Караченцева «Золотые правила и премудрости жизни» Прослушивание музыки Аппликация: овощи
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Караси и щука».
3-4	П.Р.	Опыт: «Как можно очистить воду»
	С-К.Р.	Беседа: «Правила безопасности в бассейне»
	Р.Р.	Разгадывание кроссворда на тему (водные виды спорта)
	Х-Э.Р.	Чтение: А. Крылов «Как лечили петуха» Музыкальная игра Раскраски о воде
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Морская азбука».
<b>апрель</b>		
1-2	П.Р.	Игра «первая помощь»
	С-К.Р.	Обсуждение ситуации «Оказание первой помощи спасенному из воды»
	Р.Р.	Заучивание стихотворений о здоровье
	Х-Э.Р.	Чтение: В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо» Прослушивание аудиодиска 8: В. А. Моцарт «Маленькая ночная серенада». Рисование «Полезные и вредные продукты».
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Палочка-выручалочка».
3-4	П.Р.	Опыт: «Необходимость воздуха для жизни»
	С-К.Р.	Беседы о гигиене, бережному отношению к своему здоровью
	Р.Р.	Загадки о здоровье и спорте
	Х-Э.Р.	Чтение: К. Чуковский «Мойдодыр» Прослушивание аудиодиска 6 (успокаивающая музыка): Ф. Шуберт «Аве Мария». Лепка: «Фрукты в корзине»
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Волшебная скамейка».
<b>май</b>		
1-2	П.Р.	Беседы об опасных предметах, которые могут угрожать жизни и здоровью людей

	С-К.Р.	Просмотр мультфильмов «Смешарики»: «Азбука безопасности»	
	Р.Р.	Составление рассказа по просмотренному видеоматериалу	
	Х.-Э.Р.	Чтение: С. Михалков «Дядя Степа» Музыкальная игра Лепка: «Птичка»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Пешеходный переход».	
3-4	П.Р.	Отгадывание загадок о различных видах спорта	
	С-К.Р.	Правила дорожного движения на велосипеде	
	Р.Р.	Карточная викторина «Летние виды спорта»	
	Х.-Э.Р.	Чтение: Г. Шагаева, О. Журавлева «Правила поведения для воспитанных детей» Музыкальная игра Рисование: «Летний отдых»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно). Физкультурные занятия. Физкультминутки (ежедневно). Подвижная игра «Эстафета с поворотами».	

#### 2.4. Модуль «Сохранить здоровье чтоб...»

**Тема:** «Гигиена, здоровое, питание, выполнение двигательного режима»

Возраст детей: 6 - 7 лет (подготовительная группа)

Срок реализации: 2020 – 2021 учебный год

**Актуальность:** дети интересуются темой здоровья, часто задают вопросы, связанные здоровьем и с тем, что нужно делать для его поддержания.

**Ожидаемый результат:**

1. Дети понимают и объясняют значение понятий «здоровье», «здоровый образ жизни».
2. Способствовать созданию активной позиции в процессе получения знаний о здоровом образе жизни.
3. Научить приемам поддержания здоровья.
4. Создавать комфортный психологический климат в группе с помощью сюжетно-ролевых игр и подвижных игр.

**Цель:** познакомить детей со строением организма и элементарными приемами сохранения здоровья.

**Задачи:**

1. Дать детям представление о себе: о своем теле, здоровье, безопасности.
2. Закрепить знание необходимых культурно – гигиенических навыков.
3. Расширять представления о пользе здорового питания и витаминов.
4. Формировать положительное отношение к здоровому образу жизни.
5. Воспитывать бережное отношение к своему организму, умение оценивать себя и свое состояние.

6. Создавать условия по формированию у дошкольников и их родителей ценностного отношения к своему здоровью.
7. Привлекать родителей к активному участию в жизни детского сада.

**Содержание психолого – педагогической работы по освоению детьми образовательных областей в рамках проекта.**

**Перспективный план работа с детьми**

<b>сентябрь</b>			
Недели	ОО	Содержание образовательной деятельности	Особые отметки
1-2	П.Р.	Экскурсия в медицинский кабинет	
	С-К.Р.	Беседа о правилах поведения больного человека в общественном месте.	
	Р.Р.	Беседа «Как быть здоровым» - о себе.	
	Х-Э.Р	Чтение художественной литературы: А Потапова «Зловредный Ап - Чих» Музыкальная игра: танец «Поссорились – помирились» Свободное рисование по сказке А. Потаповой «Зловредный Ап - Чих»	
	Ф.Р	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Физкультурный досуг «Мой веселый звонкий мяч»	
3-4	П.Р.	Экскурсия на кухню.	
	С-К.Р.	Беседа с поваром «Основы здорового питания»	
	Р.Р.	Беседа «Здоровая пища»	
	Х-Э.Р	Чтение художественной литературы: С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала» Слушание музыки: Музыкотерапия Коллективная работа (рисование) «Если хочешь быть здоров»	
	Ф.Р	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Игра «Правила питания»	
<b>октябрь</b>			
1-2	П.Р.	Беседа с медсестрой «О правилах и видах гигиены»	
	С-К.Р.	Сюжетно – ролевая игра «Больница»	
	Р.Р	Беседа «О гигиене»	
	Х-Э.Р.	Чтение художественной литературы по теме Музыкальная игра	

		Лепка «Зубная щетка»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Настольная игра «Валеология» «Полезные привычки»	
3-4	П.Р.	Дидактическая игра «Азбука здоровья»	
	С-К.Р.	Сюжетно – ролевая игра «Аптека»	
	Р.Р.	Ситуативный разговор о пользе гигиенических процедур	
	Х-Э.Р.	Чтение художественной литературы И. Токмакова «Мне грустно – я лежу больной» Слушание музыки П. Чайковский «Болезнь куклы» Лепка по теме проекта	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Игры с элементами футбола	
<b>ноябрь</b>			
1-2	П.Р.	Дидактическая игра «Валеология»	
	С-К.Р.	Беседа о бережном отношении к своему здоровью	
	Р.Р.	Беседа «Путешествие за витаминами»	
	Х-Э.Р.	Чтение художественной литературы Заучивание пословиц о здоровье Слушание музыки «Детские песенки» о здоровье Коллективная аппликация «Ваза с фруктами»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Физминутка о здоровье	
3-4	П.Р.	Просмотр презентации об эмоциях «Выражение лица»	
	С-К.Р.	Дидактическая игра «Эмоции движения»	
	Р.Р.	Решение кроссворда «Эмоции и чувства»	
	Х-Э.Р.	Чтение художественной литературы С.Маршак «Вот какой рассеянный» Музыкальная игра Аппликация: создание экрана «Небо настроения»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Психологическая игра «Вырази чувство глазами»	

<b>декабрь</b>		
1-2	П.Р.	Беседа «Основы безопасности»
	С-К.Р.	Просмотр мультфильма «Уроки тетушки Совы»: серия «Уроки осторожности»
	Р.Р.	Беседа «Помоги себе и своему другу»
	Х-Э.Р.	Чтение художественной литературы «Пошла, млада, за водой» Слушание музыки Конструирование: «Детская площадка»
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Настольно – печатная игра «Основы безопасности»
3 - 4	П.Р.	Исследовательская деятельность «Опыт по очистке воды»
	С-К.Р.	Знакомство с профессией лаборанта
	Р.Р.	Ситуативный разговор по теме
	Х-Э.Р.	Чтение художественной литературы Музыкальная игра Конструирование «Дворец для сказочных героев»
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Подвижная игра «Мячик кверху»
<b>январь</b>		
1-2	П.Р.	Исследовательская деятельность «Необходимость воздуха для жизни»
	С-К.Р.	Беседа «Органы чувств»
	Р.Р.	Ситуативный разговор о пользе воздушных процедур
	Х-Э.Р.	Чтение художественной литературы Слушание музыки Рисование «Нарисуй, что хочешь для здоровья»
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Беседа «Что нужно для здорового сна» Подвижная игра «Бездомный заяц»
3 - 4	П.Р.	Работа с энциклопедией «Тело человека»
	С-К.Р.	Просмотр презентации «Части тела»
	Р.Р.	Решение и обсуждение кроссворда «Как устроено тело человека»
	Х-Э.Р.	Чтение художественной литературы:



		Загадки по валеологии о частях тела человека Слушание музыки Рисование «Послушные человечки»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Подвижная игра «Подвижная цель»	
<b>февраль</b>			
1 - 2	П.Р.	Просмотр и обсуждение мультфильма «Уроки тетушки Совы», серия «Уроки осторожности: микробы»	
	С-К.Р.	Беседа о микробах «Нам микробы не страшны»	
	Р.Р.	Ситуативный разговор «Грязные руки»	
	Х-Э.Р.	Чтение художественной литературы: чтение потешек при умывании Музыкальная игра Лепка «Микробы»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Дидактическая игра «Полезные привычки»	
3 - 4	П.Р.	Просмотр и обсуждение мультфильма «Уроки тетушки Совы», серия «Уроки осторожности: лекарства»	
	С-К.Р.	Сюжетно – ролевая игра «Аптека»	
	Р.Р.	Развитие словаря «Лекарственные растения»	
	Х-Э.Р.	Аппликация «Полезные витамины»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Игра малой подвижности «Найди и промолчи»	
<b>март</b>			
1 - 2	П.Р.	Просмотр презентации «Для чего нужен режим дня»	
	С-К.Р.	Приведение в порядок группового помещения	
	Р.Р.	Заучивание стиха о режиме дня	
	Х-Э.Р.	Чтение художественной литературы "Когда это бывает?" Музыкальная игра Коллективная аппликация «Часы. Режим дня»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Дидактическая игра «Утро начинается ...»	

3 - 4	П.Р.	Дидактическая игра «Что хорошо, что плохо»	
	С-К.Р.	Просмотр и обсуждение мультфильмов «Смешарики»: серия «Ежик и здоровье»	
	Р.Р.	Заучивание пословиц о здоровье	
	Х-Э.Р.	Чтение художественной литературы В.Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо?» Раскраски по теме проекта	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Игры с элементами баскетбола	
<b>апрель</b>			
1 - 2	П.Р.	Исследовательская деятельность изучение «Строения листа растения под микроскопом»	
	С-К.Р.	Уход за комнатными растениями	
	Р.Р.	Беседа «Польза комнатных растений»	
	Х-Э.Р.	Чтение художественной литературы Г. Ракова «Фиалка», «Аспидистра», «Фикус», «Бегония» и др. Слушание музыки: П. Чайковский «Вальс цветов» Рисование: «А у нас растет цветок»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Дидактическая игра «Здоровье с комнатными растениями» Подвижная игра «Кто быстрее посадит цветы»	
3 - 4	П.Р.	Беседа о пользе лука	
	С-К.Р.	Выращивание лука	
	Р.Р.	Заучивание пословиц по теме	
	Х-Э.Р.	Чтение художественной литературы: загадки по теме Слушание музыки Рисование: «Лук»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Подвижная игра «День – ночь»	
<b>май</b>			
1 - 2	П.Р.	Беседа «Профилактика простудных заболеваний»	
	С-К.Р.	Сюжетно-ролевая игра «Поликлиника»	
	Р.Р.	Беседа «Чистота и здоровье нашей кожи»	

	Х-Э.Р.	Чтение художественной литературы Музыкальная игра Слушание музыки	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Подвижные игры по желанию детей	
3 - 4	П.Р.	Беседа «Чтобы зубы не болели»	
	С-К.Р.	Сюжетно-ролевая игра «Магазин»	
	Р.Р.	Ситуативный разговор по теме	
	Х-Э.Р.	Чтение художественной литературы: высказывания о здоровье Музыкальная игра Лепка «Овощи и фрукты»	
	Ф.Р.	Утренняя гимнастика (ежедневно) Физкультурные занятия Сон без маечек, босохождение по массажным дорожкам, воздушные ванны. Гимнастика для глаз. Дидактическая игра «Полезно или нет» Подвижные игры по желанию детей	

**Работа с родителями.** Приложение 2.

**Работа с педагогами:** - осуществляют педагогическое просвещение родителей по проблеме;

-организуют деятельность детей и родителей.

**Методическое обеспечение:**

1. Николаева Е. Н., Федорук В. И., Захарина Е. Ю. Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада: метод. пособие. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015. – 240 с.
2. Югова М. Р. Воспитание ценностей здорового образа жизни у детей 3-7 лет: планирование, занятия, игры / авт.-сост. М.Р. Югова. – Волгоград: Учитель. – 137 с.
3. Каменская В. Г. , Котова С. А. Концептуальные основы здоровьесберегающих технологий развития ребенка дошкольного и младшего школьного возраста.-СПб.: РГПУ им. М. И. Герцена, 2008.
4. Куцакова Л. В. Трудовое воспитание в детском саду: система работы в с детьми 3-7 лет: пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: Мозайка-Синтез, 2012.
5. Первая энциклопедия малыша. Твое тело. – М.:Росмен-Пресс, 2009.

**Состав творческой группы  
по физическому развитию детей раннего и дошкольного возраста**

Руководитель группы: Абдрахманова Н.А.

№	Фамилия, имя, отчество	должность
1.	Бердюгина Т.В.	инструктор по ФК
2.	Волосач Е.К.,	воспитатель, I квалификационная категория
3.	Феденко Л.А.	медицинская сестра
4.	Цыбина М.Г.	младший воспитатель

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

**Анкетирование родителей**

*Цель:* исследование готовности родителей к сотрудничеству, компетентности в вопросах здоровьесбережения детей.

*Респонденты:* родители группы раннего возраста, II младшей группы, средней группы, старшей группы, подготовительной группы.

#### **Анкета «Что я знаю о здоровье?»**

1. Выберите самый важный фактор, отрицательно влияющий на здоровье людей: загрязнённая окружающая среда, стрессы, вредные привычки, малоподвижный образ жизни, неправильное питание, курение, алкоголизм.
2. Продолжите фразу «Здоровый ребёнок – это...»
3. Часто ли болеет ваш ребёнок?
4. Каковы причины болезни?
5. На что, на ваш взгляд, должны обращать внимание родители, заботясь о здоровье своего ребенка?
  - соблюдение режима;
  - рациональное питание;
  - полноценный сон;
  - прогулки на свежем воздухе;
  - наличие спортивных площадок;
  - закалывающие мероприятия;
  - благоприятная психологическая атмосфера дома.
6. Какие способы укрепления здоровья вы знаете?
7. Напишите как вы закаливаете своего ребенка.

#### **Анкета «Спорт в вашей семье»**

Уважаемые родители! Просим Вас ответить на вопросы анкеты.

Внимательно прочитайте вопрос и выберите подходящий ответ. Нужный ответ подчеркните или обведите кружочком. Если на один вопрос Вы можете дать несколько ответов, пронумеруйте их по значимости.

1. Как вы считаете, высока ли двигательная активность вашего ребенка?
  - Да.
  - Нет.
  - Затрудняюсь ответить.
2. Посещает ли ваш ребенок, кроме занятий в дошкольном учреждении, еще занятия по общей физической подготовке в другом месте? (кружок или секция)
  - Да.
  - Нет.
3. Назовите любимые виды деятельности вашего ребенка в свободное время (выберите три вида).
  - Игры с игрушками.
  - Конструирование.
  - Просмотр книжек.
  - Рисование.
  - Игры на воздухе.
  - Пение.
  - Музыка.
  - Прогулки.
  - Игры с мячом.
  - Другие виды деятельности.
4. Обращаете ли вы внимание на физическое воспитание вашего ребенка?
  - Систематически.
  - В выходные дни.
  - Во время отпуска.
  - Вообще нет.
  - Затрудняюсь ответить.

5. Каковы источники ваших знаний о физическом воспитании?

- Чтение специальных книг.
- Передачи по телевидению и радио.
- Статьи в газетах и журналах.
- Специалисты дошкольных учреждений.
- Лекции и беседы.
- Детские врачи.
- Родственники.
- Друзья и знакомые.
- Не интересуюсь.
- Исхожу из личного опыта.

6. Как в домашних условиях ваш ребенок относится к выполнению утренней гимнастики, физических упражнений?

- Охотно и с удовольствием.
- Просто охотно.
- Не охотно.
- Не выполняет.

7. Интересуется ли Ваш ребенок играми с элементами спорта или двигательными играми?

---

8. Какие условия создали в семье для правильного физического развития ребенка /инвентарь, спортивный уголок/?

---

9. Какие трудности в физическом воспитании Вы испытываете?

---

10. Какие вопросы и рекомендации Вы хотели бы обсудить со специалистами по физической культуре?

---