

Проект «Сохранение и укрепление здоровья дошкольников»

Авторы проекта: Понамарева Евгения Владленовна,

Боброва Марина Геннадьевна

Участники проекта: дети, педагоги, родители

Возраст детей: 5 - 7 лет.

Актуальность

Здоровье дошкольников – важный вопрос, который волнует родителей детей от 0 до 7 лет. Ведь именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Известно, что здоровье, более, чем на половину зависит от образа жизни, на четверть – от окружающей среды и гораздо меньше оно связано с наследственностью и состоянием здравоохранения в государстве. Если мы, взрослые люди, это понимаем, и при этом сознательно вредим себе, то это наш только наш выбор. Здоровье дошкольников, совершенно другой вопрос, во многом оно на нашей совести. Наша задача – привить ребёнку необходимость быть здоровым. Мы призваны воспитать у дошкольника уважение к собственному здоровью и обязанность беречь его. При этом полезно обращаться к специалистам (медикам, педагогам), изучать литературу (специальную, публицистическую), участвовать в тематических обсуждениях, тренингах. И, получая знания, делать всё возможное, чтобы сохранить здоровье наших малышей. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития представляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Значение культа здоровья значительно возрастает.

Здоровье — это не только отсутствие болезней, это состояние оптимальной работоспособности, творческой отдачи, эмоционального тонуса, того, что создает фундамент будущего благополучия личности. **Проблема:**

Цель проекта: Формировать у детей осмысленное отношение к здоровому образу жизни человека.

Задачи проекта

Для детей:

Образовательные

- Способствовать развитию познавательного интереса к своему организму и его возможностям;

- Научить элементарным приемам сохранения здоровья
- Формировать представления детей о зависимости здоровья от двигательной активности, закаливания и чистоты тела
- Расширять первичные представления детей о профессиях взрослых, связанных с питанием человека (повара, кулинара, продавца продовольственных товаров и др). Лечением человека
 - Совершенствовать практические навыки здорового образа жизни.

Развивающие

- Развивать у детей готовность самостоятельно и эффективно решать задачи, связанные поддержкой, укреплением и сохранением своего здоровья.
 - развивать навыки самоконтроля, умение работать в коллективе, сотрудничать и договариваться.
 - Развивать творческие способности детей в процессе продуктивной деятельности с использованием различных техник (традиционных и нетрадиционных, экспериментируя и варьируя при выборе средств выразительности;

Воспитательные

- Воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.
- Воспитывать ценностное отношение к собственному труду, труду других людей и его результатам;
- Формировать у дошкольников потребность в положительных привычках. **Для педагогов:**
 - формирование у детей представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни, формирование здорового образа жизни.
 - пробуждать у детей эмоциональный интерес к деятельности и позитивные навыки взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

Для родителей:

- помочь детям в овладении новыми знаниями и умениями в процессе проектной деятельности;
- включаться в совместную деятельность с детьми при создании продуктов проектной деятельности.

Название игрового мероприятия проекта:

Продукты проекта

Для детей:

- Поделки из овощей и фруктов;
- Тетрадь «Разговор о Правильном питании»
- Дневничок – здоровячок.

- Художественное творчество.

Для родителей:

- Поделки из овощей и фруктов.
- Работа с «Дневничок – здоровячок».

Ожидаемые результаты по проекту Для детей:

- Снижение заболеваемости в группе и укрепление физического и психического здоровья детей.
 - Позитивные изменения в развитии детей – формирование желания заботиться о сохранении своего здоровья; знакомство с правилами здорового образа жизни, личной гигиены, гигиены здоровья.
 - проявление эмоциональной отзывчивости на результат своей деятельности (познавательная, поисковая, творческая, игровая деятельность);
 - овладение детьми необходимыми коммуникативными умениями и навыками взаимодействия с взрослыми и детьми;
 - стремление детей проявлять любознательность и активность в предложенной деятельности (познавательная, поисковая, творческая, игровая);
 - произвольная регуляция детьми своих действий и эмоциональных состояний;

Для педагогов:

- реализация основной цели проекта, ее полное отражение в проекте;
- систематизация знаний детей о приемах сохранения здоровья.

Для родителей:

- установление эмоционального контакта с детьми;
- продуктивное взаимодействие родителей с детьми в процессе совместной деятельности.

Для социальных партнеров:

- реализация творческих замыслов в процессе взаимодействия с детьми.

Этапы проекта

I этап – подготовительный:

1. Изучение научно-методической литературы,
2. Подбор материала, пособий, создание развивающей среды,
3. Предварительная работа с детьми.
4. Создание педагогом проблемной ситуации
5. Формулировка проблемных вопросов.

6. Проведение собрания для родителей с целью привлечения их к участию в проекте.

II этап – основной Календарно-тематическое планирование проекта.

Название темы, задачи, содержание деятельности

1. Я в мире человек.

Работа с детьми.

Ребенок и окружающий мир «Я в мире человек» *Познакомить детей с понятием человек. Расширить знания о людях, их жизни, о взаимоотношениях с другими людьми и здоровом образе жизни человека.*

ЗОЖ «Органы слуха» *Активизация знаний детей о значения слуха в ориентировках в окружающей деятельности. Напомнить детям о средствах личной гигиены. Закрепить приобретенные знания*

ЗОЖ «Сердце наш мотор» *Рассказать детям, что сердце самый главный орган в нашем организме. Познакомить с его функциями.*

Художественное творчество. (Лепка) «Человек» *Учить лепить фигуру человека; закреплять умение детей работать с пластилином, закрепить приёмы раскатывания, отрывания, сплющивание.*

Воспитывать аккуратность, мышление, мелкую моторику рук.

Чтение стихов С.Маршака «Дремота и Зевота»

Дидактическая игра «Кто что слышит». *Развивать у детей слуховое восприятие, внимание.*

Дидактическая игра «Угадай, кто позвал». *Развитие слухового восприятия, внимания, выдержки*

Прослушивание аудиодиска «Как себя вести», «Как устроен человек».

Работа с «Дневничком–здоровячком»

«Это я» Рассказать детям о «Дневничке-здоровячке» в котором мы будем, выполнят задания.

«Моё имя. Как меня называют окружающие» Предложить детям рассказать, что они знают о своем имени, почему их так назвали. Какими ласковыми словами их называют друзья, родители, бабушка и дедушка..

«Мое тело, рост и вес» Дети рассматривают человека, нарисованного или на плакате, определяют и называют части тела.

«Я – мальчик, а я – девочка» Дети рассматривают девочку и мальчика, нарисованного или на плакате, учатся находить отличия по половому признаку, физическим данным.

«Я и мои друзья» *Вспомнить с детьми имена друзей; хорошо, что мы разные; как мы дружим (не жадничай, не будь плаксой, помогай другу); правила поведения и общения.*

«Я, ты, он, она – вместе дружная семья» *Вспомнить с детьми о жизни и играх народов мира.*

«Моя мечта» *Предложить детям выразить свои желания. Нарисовать свои мечты и желания.*

«Что ты любишь — не любишь?» *Рассмотреть с детьми рисунок ромашки. В центре цветка — «я». Вспомнить с детьми, что они любят, а что не любят.*

«Вредные поступки — добрые поступки» *Вспомнить с детьми «что такое хорошо и что такое плохо». Прочитать художественные произведения: А. Барто «Вовка — добрая душа», «Косточка», Л. Толстой «Косточка», К. Ушинский. «Играющие собаки» и др.*

«Страница вежливости» *На этой странице дети объясняют, что такое «вежливость», вспомнить вежливые слова и когда их нужно произносить.*

«Моя ладошка» *В младших группах можно сделать потешку «Сорокасорока», а в старших — пальчиковую гимнастику, называя каждый палец и объясняя, почему его так назвали.*

«Моя любимая сказка» *Дети называют любимые сказки, любимых сказочных героев. Рассказать, почему им нравятся эти сказки.*

«Мое настроение» *Поговорить с детьми, какие эмоции или настроение может испытывать человек. (Радость, грусть, злость, удивление).*

«Мы пассажиры» *Вспомнить правила поведения в общественном транспорте.*

«Уроки радости» *Здесь говорится о праздниках, которые дети готовят в детском саду вместе с воспитателями и родителями: Пасха, Масленица, Рождество и др. **Работа с родителями.***

Оформить странички «Дневничка – здоровячка»

Консультация: «Возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста» *Знакомство с возрастными особенностями детей старшего дошкольного возраста.*

2. Спорт и здоровья. Работа с детьми.

Беседа «Как физкультура помогает быть нам здоровыми?» *Повышать знания о значимости физкультуры для здоровья детского организма. Развивать умения детей объяснять пользу физкультуры. Сформировать у детей устойчивые мотивации здорового образа жизни.*

Дидактическая игра «Назови и расскажи о разных видах спорта»

Создание папки «Известные спортсмены Красноярского края »
Художественное творчество (рисование) «Моя спортплощадка»
Художественное творчество (рисование) «Занятие спортом в осеннем парке»
ЗОЖ Разговор о правильном питании «Если хочется пить». *Сформировать представление о значении жидкости для организма человека, особенно во время занятий спортом, ценности разнообразных напитков.*

Работа с «Дневничком–здоровячком»

«Спорт и здоровье» Вспомнить с детьми, как спорт влияет на здоровье. Вспомнить различные виды спорта.

«Как стать сильным» Поговорить с детьми, что нужно сделать, чтобы стать сильными. Это и зарядка, и плавание, и даже питание.

Работа с родителями.

Оформить странички «Дневничка – здоровячка»

Консультация «Зимние травмы» *Напомнить родителям о том, что зимний отдых не всегда приносит радость. Напомнить о сохранении здоровья детей. Повысить уровень знаний детей и взрослых о том, как вести себя в экстренных случаях.*

Памятки «Оздоровительно-развивающие игры с детьми дома»
Привлечь внимание родителей к вопросам оздоровления детей

3. Мой режим дня.

Работа с детьми.

Дидактическая игра «Делаем зарядку». Формировать у детей умение «читать» и составлять символные изображения, схемы, учить выполнять движения, указанные на карточке-схеме.

Работа с «Дневничком–здоровячком»

«Мой режим дня» На этой странице дети вспоминают режимные моменты своего дня или режим в детском саду. Дети по шаблону обводят часы, рисуют стрелки (образец часов должен быть перед глазами).

Работа с родителями.

Оформить странички «Дневничка – здоровячка»

Консультация «О летнем отдыхе детей» **4.**

«Буду закаляться».

Работа с детьми.

Расширить знания детей о закаливании, как одном из методов сохранения здоровья.

Беседа «Если хочешь быть здоров, закаляйся».

Работа с «Дневничком–здоровячком».

«Буду закаляться» Дети рассказывают о том, как нужно одеваться по погоде, не кутаться, проветривать комнату, ходить босиком, поливать на ножки прохладной водой и т.д. Можно также что-либо нарисовать.

Работа с родителями.

Оформить странички «Дневничка – здоровячка»

Наглядно – информационный материал «Закаливающие процедуры для детей» *Распространение среди родителей знаний о правильной организации закаливающих процедур.*

Памятка «Точечный массаж ». *Помощь в профилактике простудных заболеваний.*

Консультация «Прогулки и их значение для укрепления здоровья»
Дать знания о важности активного отдыха детей»

5. «Инструменты здоровья, инструменты болезни».

Работа с детьми.

ЗОЖ «Что помогает мне быть здоровым» *Раскрыть значение оздоровительных мероприятий и «помощников» здоровья.*

ЗОЖ «Что такое болезнь» *Закреплять представление о правилах ухода за больными формировать умение характеризовать свое самочувствие.*

ЗОЖ «Беседа о вирусах – вреди вирусах». *Познакомить с вирусами, которые вызывают заболевания. Дать детям понять, что болезнь не возникает из ничего, а им заражаются. Сформировать правила, которые нужно соблюдать, чтобы уберечься от вируса.*

Работа с «Дневничком–здоровячком»

«Инструменты здоровья» *На этой странице дети вспоминают и называют предметы, которые несут здоровье.*

«Инструменты болезни» *Вспомнить и назвать предметы, которые вредят здоровью.*

«Здоровье природы – здоровье человека» *Побеседовать с детьми по теме «Лес – кладовая чудес». Предложить ответить на вопросы. Может ли солнце укусить? Что такое «зеленая аптека»? Где можно купаться? и др.*

«Бабушкины рецепты» *Дети рассказывают о народных средствах, которыми их лечили.*

Работа с родителями.

Оформить странички «Дневничка – здоровячка».

Консультация: «Ароматерапия» *Познакомить родителей с историей, правилами проведения ароматерапии. Заинтересовать родителей в проведении ароматерапии в ДОУ.*

Консультация «ОРЗ. Профилактика». *Ознакомление родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольников в домашних условиях и условиях детского сада.*

Рекомендации родителям «Осанка. Профилактика заболеваний»
Пропаганда здорового образа жизни. Привлечение внимания семьи к вопросам оздоровления в домашних условиях.

Советы для родителей «В царстве лекарственных растений». *Расширять представления родителей о системе оздоровления детей. Познакомить с некоторыми свойствами лекарственных растений.*

Консультация для родителей. «Лекарственные растения». *Дать рекомендации как можно использовать лекарственные растения.*

6. «Профессия - врач».

Работа с детьми.

Художественное творчество (рисование) «Врач» *Продолжать учить детей рисовать человека в движении, дополняя рисунок профессиональными предметами. Познакомить детей с профессией врача (медицинской сестры), с некоторыми профессиональными действиями врача, с предметами – помощниками в труде врача, воспитывать в детях чувство признательности и уважения к чужому труду.*

Прослушивание аудиодиска «Замечательные профессии»

Сюжетно-ролевая игра «Больница»: *Используя косвенный метод руководства, подводить детей к самостоятельному созданию игрового замысла. Формировать умение использовать предметы-заместители*

Сюжетно-ролевая игра «Поликлиника» *Побуждать детей к самостоятельности в игре. Формировать такие качества, как дружелюбие, дисциплинированность.*

Рассматривание иллюстраций, книг о здоровье.

Работа с «Дневничком–здоровячком»

Работа с родителями.

Оформить странички «Дневничка – здоровячка»

7. Чистота – залог здоровья.

Работа с детьми

«Зубная паста, мыло и вода – наши лучшие друзья» Закрепить детьми предметами необходимыми для ухода за руками, зубами, волосами.

Полотенце, мыло, зубная щетка, паста, расческа, шампунь и т.д.

Продолжать формировать привычку следить за чистотой своего тела.

Чтение стихотворения С. Михалкова «Письмо ко всем детям по очень важному делу».

Беседа «Почему так говорят «Чистота залог здоровья».

Работа в дневничках

«Собери корзину» Вспомнить с детьми предметы, необходимо для ухода за руками, зубами, волосами. Полотенце, мыло, зубная щетка, паста, расческа, шампунь и т.д. Побеседовать с детьми, как правильно этими предметами пользоваться и ухаживать за ними.

Образовательная деятельность в режимные моменты. Формирование культурно-гигиенических навыков:

- *Учить детей чисто мыть руки, действовать в определенной последовательности, аккуратно пользоваться полотенцем.*
- *Воспитывать у детей потребность быть чистыми, опрятными, аккуратными, учить с помощью зеркала следить за своей прической, находить Недостатки и исправлять их.*
- *Обсудить с детьми, в каких случаях необходим носовой платок, закрепить навыки его использования.*
- *Предложить детям провести очередной этап конкурса на самый аккуратный шкафчик, обсудить, как рациональнее всего разместить в нем вещи.*

Работа с родителями.

Оформить странички «Дневничка – здоровячка»

Консультация

8. Полезные и вредные продукты.

Работа с детьми

ЗОЖ работа в тетради «Разговор о правильном питании» *Формирование у детей ценностного отношения к собственному здоровью. Освоение навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни.*

Беседа «Зачем человеку есть? »

Чтение художественной литературы Т. Собакин «О пользе овсяной каши» Прослушивание аудиодиска «Путешествие растений» Сюжетно-ролевая игра «Магазин полезных продуктов» Поделки из овощей и фруктов.

Работа с «Дневничком–здоровячком».

«Полезные и вредные продукты» Дети вспоминают и называют, продукты, укрепляющие здоровье. Овощи, фрукты, молоко, творог и др. Продукты, наносящие здоровью вред. Конфеты, сахар, жевательные резинки, газированная вода и др.

«Любимый праздник» Вспомнить с детьми праздник, объясняя, почему он им нравится. Предложить подумать какие продукты, напитки, сладости,

фрукты будут на праздничном столе. Вспомнить, какие продукты, напитки, сладости, фрукты полезны для здоровья. Необходимо уточнить, кто будет сидеть за столом: дети, дети и взрослые или только взрослые.

Работа с родителями.

Оформить странички «Дневничка – здоровячка»

Консультация «Как сделать пищу безопасной». *Пропаганда правильного питания, здорового образа жизни.*

III этап. Заключительный.

Здоровье - это...

Работа с детьми.

Беседа «Друзья Мойдодыра» *Закрепить с детьми правила здорового образа жизни.*

ЗОЖ «Здоровый образ жизни» *Дать понятия «здоровья» формировать представление у детей о здоровом человеке и развивать умение использовать имеющиеся знания о здоровье сберегающих условиях.*

ЗОЖ «Что такое здоровье?» *Формировать представление о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни. Привить потребность в здоровом образе жизни, уважение к физическим упражнениям и занятиям спортом. Повторить и закрепить знания о чистоте тела, о порядке, аккуратности и чистоте вокруг нас. Обратить внимание на то, что порядок и чистота способствуют крепкому здоровью.*

Ребенок и окружающий мир «Здоровье – главная ценность» *Учить самостоятельно, следить за своим здоровьем. Показать несложные приёмы оздоровления, самомассажа. Учить оказывать себе элементарную помощь. Прививать любовь к физическим упражнениям.*

Прослушивание аудиодиска «Если хочешь быть здоров!»

Работа с «Дневничком–здоровячком»

«Лесенка счастья» *На этой странице дети получают возможность оценить себя и свое здоровье.*

«Народная мудрость» *Вспомнить пословицы, поговорки о здоровье, добрых делах, поведении и др.*

«Цветок здоровья» *Дети вспоминают и называют, что нужно сделать, чтобы укрепляет здоровье.*

«Лесенка счастья» *На этой странице дети получают возможность оценить себя и свое здоровье. «На какой ступеньке ты хочешь стоять?» — задают вопрос взрослые.*

«Здоровье — это ...» *Данная страница заключительная в дневнике. Дети рассказывают, что значит быть здоровыми и что для этого необходимо делать. Это итог всей предшествующей работы.*

Рассматривание иллюстраций, книг о здоровье.

Работа с родителями.

Оформить странички «Дневничка – здоровячка»

Консультация «Здоровье — это ...»

СИСТЕМНАЯ ПАУТИНКА ПО ПРОЕКТУ

Познание (*ведущая деятельность – познавательно-исследовательская*)

Рассматривание иллюстраций с изображением разных видов спорта, полезными и неполезными продуктами питания. Исследовательская деятельность о значении воздуха и дыхания в жизни человека

Чтение художественной литературы (*ведущая деятельность – чтение*)

Чтение стихотворений, использование пословиц и поговорок в игре

Коммуникация (*ведущая деятельность – коммуникативная*) Беседа-обсуждение исследовательского вопроса проекта:

Рассказы детей.

Социализация (*ведущая деятельность – игровая*) Сюжетно-ролевая игра, Экскурсия на пищеблок

Труд (*ведущая деятельность – трудовая*) Игра «Мое утро» - передавая мяч по кругу, мы будем друг другу рассказывать, что мы делаем утром.

Безопасность (*интеграция разных видов деятельности*) Дидактические игры

Здоровье (*интеграция разных видов деятельности*). Создание коллекций «Полезные для здоровья продукты», «Полезные для здоровья напитки», «Зимние и летние виды спорта».

Физическая культура (*ведущая деятельность – двигательная*)
Подвижные игры на прогулке, пальчиковая гимнастика

Формы взаимодействия с семьей и социальными партнерами

Рекомендации для родителей по выбору источника информации.
Организация презентации книги для родителей. Работа с детской библиотекой: представление литературы по абонементу

Художественное творчество (*ведущая деятельность – продуктивная*)

Рисование иллюстраций к книге рецептов, в дневничке – здоровячке,

Музыка (*ведущая деятельность – музыкально-художественная*)

Слушание музыкальных произведений при реализации разных видов деятельности.

Режимные моменты (*интеграция разных видов деятельности*)

Подвижная игра на прогулке. Наблюдение за овощами на грядках.

Методическая литература.

1. Алямовская В. Г. «Как воспитать здорового ребенка». М., 1993.
2. Гаврючина Л. В. «Здоровьесберегающие технологии в доу». М., 2007.
3. Иванова А. И. Естественно-научные наблюдения и эксперименты в детском саду. Человек. М., 2004.
4. Кулик Г. И. Школа здорового человека ./ под ред. Дыбиной О. В., М., 2005.
5. Совместная деятельность взрослых и детей: основные формы. (пр. Успех, М., 2012.
6. Тарасова Т. А. Я и мое здоровье. М., 2008

«Дневничок-здоровячок»

«Дневничок-здоровячок» - неоценим, как для совместной работы воспитателя с ребенком, так и в работе с родителями, и может использоваться в качестве дополнительного материала при изучении семьи, ее устоев и внутрисемейных взаимоотношений.

Дав ребенку возможность высказать «тайное», мы помогаем ему лучше познать себя, осознать свои поступки и их последствия, а кроме того найти разнообразные решения проблемы и сделать осознанный выбор.

Родители имеют возможность взглянуть на свою семью, взаимоотношения в ней, и на самих себя глазами ребенка.

Для работы над дневником понадобятся: цветные карандаши, фломастеры, клей, фотографии, которые дети приносят из дома, шаблоны или трафареты для рисунков по темам.

Структура дневничка очень подвижна. Групповые занятия проводятся со всей группой. Домашнее задание выполняется с родителями дома. Записывать рассказы нужно печатными буквами, чтобы дети в будущем могли прочитать свои мысли. После выполнения домашнего задания, рассматривание работ детьми в группе

Разные виды работы дают возможность взрослому и ребенку проявить свою фантазию и инициативу. Работая с детьми младшего дошкольного возраста, нужно использовать только фотографии и рассказы детей. Но если ребенок проявит желание сделать рисунок, поддержать его. Каждая страничка дневника это своеобразное закрепление материала, изучаемого на занятии по определённой теме.

Ценность записей, сделанных в «Дневничке-здоровячке», не в «правильности» оформления, а в их содержании.



		Первый год обучения	
месяц	тема	Групповое задание	Домашнее задание
сентябрь	«Это я».	Рассказать детям о «Дневничке-здоровячке» в котором мы будем, выполняют задания.	Необходимо свою приклеить или фотографию своей нарисовать портрет.
октябрь	«Моё имя. Как называют меня окружающие»	Предложить детям рассказать, что они знают о своем имени, почему их так назвали. Какими ласковыми словами их называют друзья, родители, бабушка и дедушка.	Узнать у родителей: почему ему дали такое имя и как его будут называть, когда он вырастет? Можно рассказать об именах: Людмила — милая людям, Владимир — владеющий миром и др.
октябрь	«Лесенка счастья».	На этой странице дети получают возможность оценить себя и свое здоровье. «На какой ступеньке ты хочешь стоять?» — задают вопрос взрослые.	
ноябрь	«Моя семья».	Предложить детям нарисовать рисунок своей семьи. Рассказать о всех членах своей семьи.	Приклеить фотографию своей семьи. Взрослый записывает рассказ со слов ребенка.

ноябрь	«Мое тело, рост и вес»	Дети рассматривают человека, нарисованного о или на плакате, определяют и называют части тела.	Записывают свой рост и вес. Узнав рост и вес, учатся видеть себя со стороны.
--------	------------------------	--	--

декабрь	«Я – мальчик, а я – девочка»	Дети рассматривают девочку и мальчика, нарисованного или на плакате, учатся находить отличия по половому признаку, физическим данным: девочки – слабее, мальчики – сильнее. Поэтому девочкам надо помогать, защищать их.	Выполнить аппликацию, вырезая одежду по шаблону для мальчика или девочки; можно нарисовать одежду.
декабрь	«Я и мои друзья»	Вспомнить с детьми имена друзей; хорошо, что мы разные; как мы дружим (не жадничай, не будь плаксой, помогай другу); правила поведения и общения.	Записать имена друзей или приклеить их фото.
январь	«Я, ты, он, она – вместе дружная семья».	Вспомнить с детьми о жизни и играх народов мира.	Приклеить картинки, фото, рассказывающие о жизни и играх народов мира. Записать рассказы.
январь	«Моя мечта».	Предложить детям выразить свои желания. Нарисовать свои мечты и желания.	Записать рассказ ребенка

февраль	«Что любишь — любишь?».	ты не Рассмотреть с детьми рисунок ромашки. В центре цветка — «я». Вспомнить с детьми, что они любят, а что не любят.	Взрослые со слов детей записывают, что любит их ребенок и что не любит. Это могут быть действия, какие-то предметы, события, продукты питания и т.д. Затем ребенок может раскрасить свою ромашку.
февраль	«Спорт и здоровье».	Вспомнить с детьми, как спорт влияет на здоровье. Вспомнить различные виды спорта.	Дети вырезают из журналов и газет картинки о спорте и приклеивают их на эту страницу дневничка.
март	«Вредные поступки — добрые поступки».	Вспомнить с детьми «что такое хорошо и что такое плохо». Прочитать художественные произведения: А. Барто «Вовка — добрая душа», «Косточка», Л. Толстой «Косточка», К. Ушинский. «Играющие собаки» и др.	Ребенок рисует хорошие или плохие поступки.
март	«Моя ладошка».	В младших группах можно сделать потешку «Сорока-сорока», а в старших — пальчиковую гимнастику, называя каждый палец и объясняя, почему его так назвали.	Ребенок обводит свою ладонь, а взрослый записывает год (дату). Когда ты был маленьким, у тебя была такая ладошка? Что изменилось? Что произойдет в следующем году, через год?

апрель	«Любимый праздник».	<p>На этой странице вспомнить с детьми праздник, объясняя, почему он им нравится.</p> <p>Предложить подумать какие продукты, напитки, сладости, фрукты будут на праздничном столе. Вспомнить, какие продукты, напитки, сладости, фрукты полезны для здоровья.</p> <p>Необходимо уточнить, кто будет сидеть за столом: дети, дети и взрослые или только взрослые.</p>	<p>На этой странице дети рисуют праздник. По шаблону обводят стол в центре своего рисунка и «сервируют» его: рисуют продукты, напитки, сладости, фрукты, которые полезны для здоровья.</p> <p>За столом можно изобразить и детей, и взрослых по желанию ребенка.</p>
апрель	«Лесенка счастья».	<p>На этой странице дети получают возможность оценить себя и свое здоровье. «На какой ступеньке ты хочешь стоять?» — задают вопрос взрослые.</p>	
май	«Мой режим дня».	<p>На этой странице дети вспоминают режимные моменты своего дня или режим в детском саду. Дети по шаблону обводят часы, рисуют стрелки (образец часов должен быть перед глазами).</p>	<p>используя изображенные часы. С помощью символов они показывают, что необходимо делать в каждый временной промежутка.</p>

май	«Страница вежливости».	На этой странице дети объясняют, что такое «вежливость», вспомнить вежливые слова и когда их нужно произносить.	Дети рисуют воздушные шары или обводят их по трафарету. Взрослые записывают со слов детей в каждый шарик вежливое слово.
		Второй год обучения	
месяц	тема	Групповое задание	Домашнее задание
сентябрь	«Моя любимая сказка».	Дети называют любимые сказки, любимых сказочных героев. Рассказать, почему им нравятся эти сказки.	Рисунок сказки, любимого сказочного героя. Можно прочитать эту сказку принести книгу с этой сказкой в детский сад.
октябрь	«Лесенка счастья».	На этой странице дети получают возможность оценить себя и свое здоровье. «На какой ступеньке ты хочешь стоять?» — задают вопрос взрослые.	
октябрь	«Мое настроение».	Поговорить с детьми, какие эмоции или настроение может испытывать человек. (Радость, грусть, злость, удивление).	Дети рисуют портреты друзей или сказочных героев, придавая им определенные эмоции или настроение: радость, грусть, злость, удивление.

ноябрь	«Мы пассажиры»	Вспомнить правила поведения в общественном транспорте	Изобразить в рисунке правила поведения в общественном транспорте
ноябрь	«Как стать сильным».	Поговорить с детьми, что нужно сделать, чтобы стать сильными. Это и зарядка, и плавание, и даже питание.	Взрослые записывают рассказ ребенка дословно, ничего не меняя. А сам ребенок рисует, как он это представляет.
декабрь	«Буду закаляться».	Здесь дети рассказывают о том, как нужно одеваться по погоде, не кутаться, проветривать комнату, ходить босиком, поливать на ножки прохладной водой и т.д. Можно также что-либо нарисовать.	Нарисовать картинки о том, как можно закаляться.
декабрь	«Уроки радости».	Здесь говорится о праздниках, которые дети готовят в детском саду вместе с воспитателями и родителями: Пасха, Масленица, Рождество и др.	Ребята могут нарисовать праздники, которые дети готовят в детском саду вместе с воспитателями и родителями. Составить о них рассказ.
январь	«Инструменты здоровья».	На этой странице дети вспоминают и называют предметы, которые несут здоровье	Дети изображают предметы, которые несут здоровье.

январь	«Инструменты болезни».	Вспомнить и назвать предметы, которые вредят здоровью:	Изображают предметы, которые вредят здоровью: нож, хлопушка, спички, телевизор и др.
февраль	«Собери корзинку».	Вспомнить с детьми предметы, необходим для ухода за руками, зубам, волосами. Полотенце, мыло, зубная щетка, паста, расческа, шампунь и т.д. Побеседовать с детьми, как правильно этими предметами пользоваться и ухаживать за ними.	Дети наклеивают или рисуют корзинку. Заполняют ее всем тем, что необходимо для ухода за руками, зубами, волосами. Полотенце, мыло, зубная щетка, паста, расческа, шампунь и т.д.
февраль	«Полезные и вредные продукты».	Дети вспоминают и называют, продукты, укрепляющие здоровье. Овощи, фрукты, молоко, творог и др. Продукты, наносящие здоровью вред. Конфеты, сахар, жевательные резинки, газированная вода и др.	В двух колонках дети рисуют продукты, укрепляющие здоровье. А также продукты, наносящие здоровью вред:
март	«Бабушкины рецепты».	Дети рассказывают о народных средствах, которыми их лечили.	Записать рассказ детей или дать им возможность нарисовать лекарственные растения,

			бочонок с медом и т.п.
--	--	--	---------------------------

март	«Народная мудрость»	Вспомнить пословицы, поговорки о здоровье, добрых делах, поведении и др.	Изобрази в рисунке пословицы, поговорки о здоровье, добрых делах, поведении и др.
апрель	«Цветок здоровья».	Дети вспоминают и называют, что нужно сделать, чтобы укрепляет здоровье.	По шаблону дети обводят цветок, а в каждом лепестке рисуют то, что укрепляет здоровье.
апрель	«Здоровье природы – здоровье человека»	Побеседовать с детьми по теме «Лес – кладовая чудес». Предложить ответить на вопросы. Может ли солнце укусить? Что такое «зеленая аптека»? Где можно купаться? и др.	Нарисовать картинки по теме «Лес – кладовая чудес».
май	«Лесенка счастья».	На этой странице дети получают возможность оценить себя и свое здоровье. «На какой ступеньке ты хочешь стоять?» — задают вопрос взрослые.	
май	«Здоровье — это ...».	Данная страница заключительная в дневнике. Дети рассказывают, что значит быть здоровыми и что для этого необходимо делать. Это итог всей предшествующей работы.	

Дневничок здоровячок

Памятка для родителей «Витамины весной»

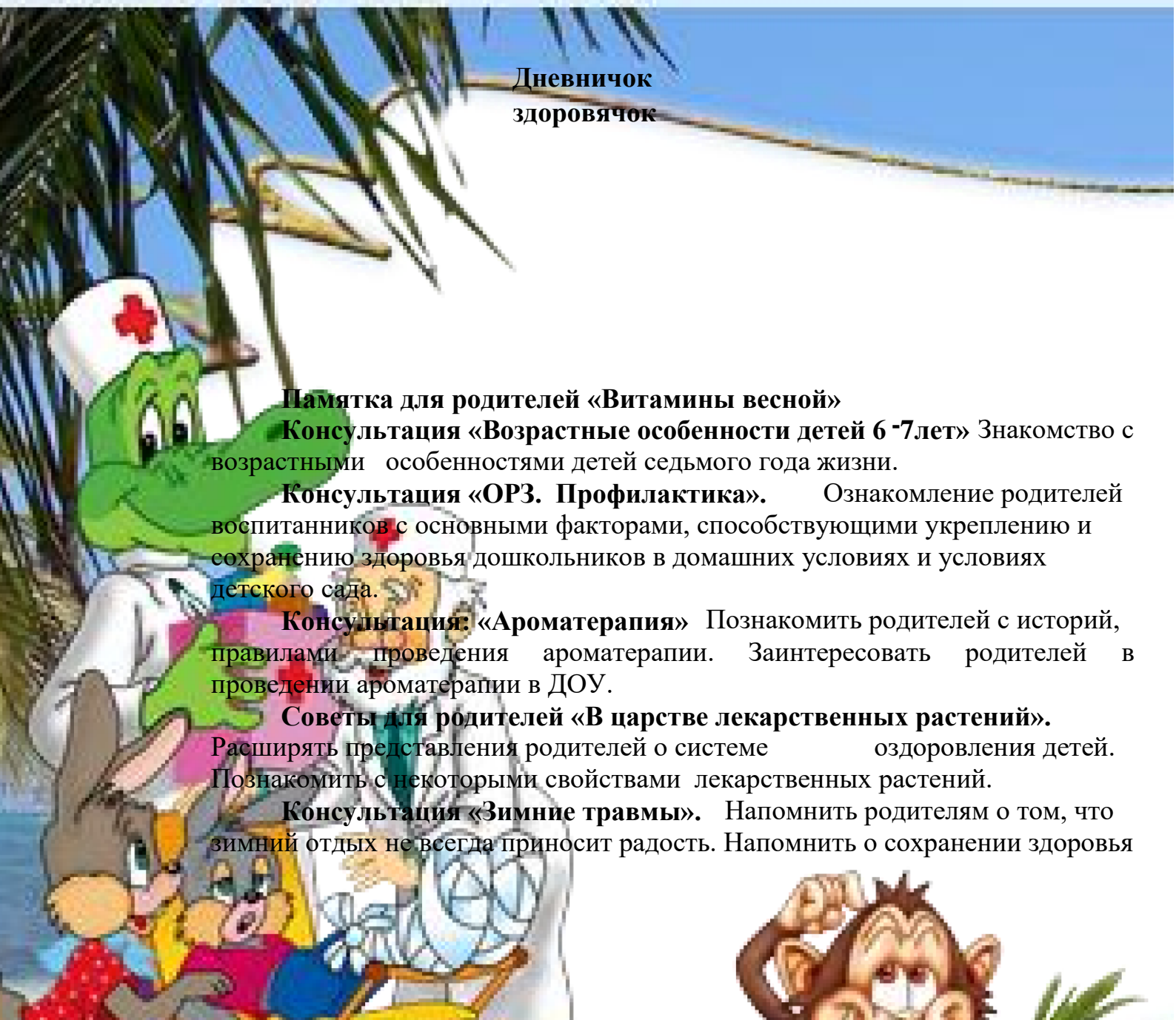
Консультация «Возрастные особенности детей 6-7 лет» Знакомство с возрастными особенностями детей седьмого года жизни.

Консультация «ОРЗ. Профилактика». Ознакомление родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольников в домашних условиях и условиях детского сада.

Консультация: «Ароматерапия» Познакомить родителей с историей, правилами проведения ароматерапии. Заинтересовать родителей в проведении ароматерапии в ДОУ.

Советы для родителей «В царстве лекарственных растений». Расширять представления родителей о системе оздоровления детей. Познакомить с некоторыми свойствами лекарственных растений.

Консультация «Зимние травмы». Напомнить родителям о том, что зимний отдых не всегда приносит радость. Напомнить о сохранении здоровья



детей. Повысить уровень знаний детей и взрослых о том, как вести себя в экстренных случаях.

Наглядно – информационный материал «Закаливающие процедуры для детей» Распространение среди родителей знаний о правильной организации закаливающих процедур.

Памятка «Точечный массаж». Помощь в профилактике простудных заболеваний.

Рекомендации родителям «Осанка. Профилактика заболеваний» Пропаганда здорового образа жизни. Привлечение внимания семьи к вопросам оздоровления в домашних условиях.

Консультация "О летнем отдыхе детей" Привлекать к отдыху на природе, учить подбирать удачные места игр с детьми.

Консультация для родителей. «Лекарственные растения». Дать рекомендации как можно использовать лекарственные растения.

Статьи «Ребёнок на даче». Учить соблюдать меры предосторожности во время летнего отдыха.

ЗОЖ «Здоровый образ жизни» Цель: Дать понятия «здоровья» формировать представление у детей о здоровом человеке и развивать умение использовать имеющиеся знания о здоровье берегающих условиях.

ЗОЖ «Что такое здоровье?» Цель: Формировать представление о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни. Привить потребность в здоровом образе жизни, уважение к физическим упражнениям и занятиям спортом. Повторить и закрепить знания о чистоте тела, о порядке, аккуратности и чистоте вокруг нас. Обратит внимание на то, что порядок и чистота способствуют крепкому здоровью.

ЗОЖ «Что помогает мне быть здоровым» Цель: Раскрыть значение оздоровительных мероприятий и «помощников» здоровья.

ЗОЖ «Что такое болезнь» Цель: Закреплять представление о правилах ухода за больными формировать умение характеризовать свое самочувствие.

ЗОЖ «Беседа о вирусах – вреди вирусах». Цель: познакомить с вирусами, которые вызывают заболевания. Дать детям понять, что болезнь не возникает из ничего, а им заражаются. Сформировать правила, которые нужно соблюдать, чтобы уберечься от вируса.

ЗОЖ « Органы слуха» Цель: активизация знаний детей о роте слуха для ориентировках в окружающей деятельности. Напомнить детям о средствах личной гигиены. Закрепить приобретенные знания

ЗОЖ «Сердце наш мотор» Цель: Рассказать детям, что сердце самый главный орган в нашем организме. Познакомить с его функциями.

ЗОЖ «Зубная паста, мыло и вода – наши лучшие друзья». Цель: Закрепить детьми предметами необходимыми для ухода за руками, зубами, волосами. Полотенце, мыло, зубная щетка, паста, расческа, шампунь и т.д.

Ребенок и окружающий мир «Я в мире человек». Цель: Познакомить детей с понятием человек. Расширить знания о людях, их жизни, о взаимоотношениях с другими людьми и здоровом образе жизни человека.

Художественное творчество. (Лепка) «Человек» Цель: учить лепить фигуру человека; закреплять умение детей работать с пластилином, закрепить приёмы раскатывания, отрывания, сплющивание. Воспитывать аккуратность, мышление, мелкую моторику рук.

Беседа «Друзья Мойдодыра» Цель: закрепить с детьми правила здорового образа жизни.

Ребенок и окружающий мир «Здоровье – главная ценность» Цель: Учить самостоятельно, следить за своим здоровьем. Показать несложные приёмы оздоровления, самомассажа. Учить оказывать себе элементарную помощь. Прививать любовь к физическим упражнениям.

ЗОЖ Разговор о правильном питании «Если хочется пить» Тема: Если хочется пить... Цель: сформировать представление о значении жидкости для организма человека, ценности разнообразных напитков.

Художественное творчество (рисование) «Врач» Цель: Продолжать учить детей рисовать человека в движении, дополняя рисунок профессиональными предметами. Познакомить детей с профессией врача (медицинской сестры), с некоторыми профессиональными действиями врача, с предметами – помощниками в труде врача, воспитывать в детях чувство признательности и уважения к чужому труду.

ЗОЖ Дневничок-здоровячок «Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты». Цель: Познакомить детей с разнообразием фруктов, ягод, овощей, их значением для организма.

ЗОЖ Разговор о правильном питании «Плох обед, если хлеба нет» Цель. Закрепить представление детей о значимости хлеба в рационе питания; воспитывать бережное отношение к хлебу; расширить знания детей о том, как тема хлеба освещена в фольклоре, народных традициях, связанных с хлебом.

Дидактическая игра «Угадай, кто позвал». Развитие слухового восприятия, внимания, выдержки

Формирование культурно-гигиенических навыков: Учить детей чисто мыть руки, действовать в определенной последовательности, аккуратно пользоваться полотенцем.

Формирование культурно-гигиенических навыков: Воспитывать у детей потребность быть чистыми, опрятными, аккуратными, учить с помощью зеркала следить за своей прической, находить Недостатки и исправлять их,

Формирование культурно-гигиенических навыков: Формировать у детей привычку следить за чистотой своего тела.

Формирование культурно-гигиенических навыков: Напомнить детям, что нужно следить за своим внешним видом, чистотой одежды, за прической.

Формирование культурно-гигиенических навыков: Обсудить с детьми, в каких случаях необходим носовой платок, закрепить навыки его использования.

Формирование культурно-гигиенических навыков: Учить детей пользоваться предметами личной гигиены, правильно пользоваться полотенцем

Формирование культурно-гигиенических навыков: Учить детей относиться к своему внешнему виду критически: следить за порядком в причёске, одежде, устранять недостатки самостоятельно или при помощи взрослых.

Формирование культурно-гигиенических навыков: Учить умываться: аккуратно закатывать рукава, открывать кран, мыть ладони, затем набирать в них воды, наклонившись над умывальником, умываться, не расплескивая воду на пол.

Формирование культурно-гигиенических навыков: Учить детей самостоятельно умываться, мыть ноги, учить правильно и тщательно выполнять эти действия. Формировать требовательное отношение к своему внешнему виду, здоровью.

Формирование культурно-гигиенических навыков Предложить детям провести очередной этап конкурса на самый аккуратный шкафчик, обсудить, как рациональнее всего разместить в нем вещи.

Формирование культурно-гигиенических навыков Обсудить с детьми, зачем люди здороваются друг с другом (желают здоровья).

Сюжетно-ролевая игра «Больница» Цель: Учить детей договариваться о сюжете игры, распределять роли.

Сюжетно-ролевая игра «Больница»: Используя косвенный метод руководства, подводить детей к самостоятельному созданию игрового замысла. Формировать умение использовать предметы-заместители

Сюжетно-ролевая игра «Больница» Цель: Побуждать детей к самостоятельности в игре. Формировать такие качества, как дружелюбие, дисциплинированность. Рассматривание иллюстраций, книг о здоровье.

С/р игра «Поликлиника» Развивать у детей самостоятельность, активность.

Рассматривание иллюстраций, книг о здоровье.

Чтение стихов С.Маршака «Дремота и Зевота»

Схема разработки программы кружка.

1. Титульный лист.
2. Пояснительная записка (актуальность, цели и задачи, принципы и т.д.)
3. Ожидаемый результаты (предполагаемый результат).
4. Учебно-тематическое планирование (на месяц, на квартал).
5. Список литературы.