



Муниципальное казенное учреждение  
«Центр развития образования»  
муниципального образования город Новороссийск

353900, г. Новороссийск, ул. Революции 1905 г., д. 14  
E - mail: [cro\\_novoros@mail.ru](mailto:cro_novoros@mail.ru); тел./факс. (8617) 64-38-48, 64-38-58

## РЕЦЕНЗИЯ

на методическое пособие

«Организация работы по приобщению старших дошкольников к здоровому образу жизни»

*Авторы- составители:*  
*Макая Сафия Рамазановна,*  
*Жарина Татьяна Валерьевна,*  
*Туртбаева Айжан Сансызбаевна,*  
*педагоги МАДОУ детского сада №18 г. Новороссийска*

Сборник «Организация работы по приобщению старших дошкольников к здоровому образу жизни» является актуальным, так как в настоящее время одной из задач воспитания подрастающего поколения является формирование навыков здорового образа жизни. Одна из существенных причин ухудшения здоровья подрастающего поколения – отсутствие у детей осознанного отношения к своему здоровью. Приобщение детей к сохранению своего здоровья – это, прежде всего, процесс социализации воспитания. Для формирования душевного комфорта необходимы знания о законах развития своего организма, его взаимодействии с социальными факторами.

В пособие представлено планирование с развернутыми материалами по его реализации, которое разделено на 3 блока: «Я – человек», «Знай свой организм», «Хочу быть здоровым».

Реализация данных блоков освещена в совместной образовательной деятельности, в режимных моментах с воспитанниками и в организации работы с родителями. Разработаны и представлены: квест-игра, досуговые мероприятия - «Открытие месячника нескучного здоровья», «Закрытие месячника нескучного здоровья». Автором достаточно подробно описаны методики работы с этим материалом. Педагог во всех сценариях предусмотрела цель, задачи, содержание. Определены основные направления этой работы: цели, задачи, содержание образовательной деятельности и взаимодействие с родителями.

Представленные материалы апробированы педагогами, скорректированы с учетом практических замечаний и могут быть использованы педагогами ДОО в неизменном виде или использованы частично.

10.02.2023 г.

Рецензент:

главный специалист МКУ ЦРО

Подпись удостоверяю  
директор МКУ ЦРО



О.Я. Кособянц

Е.Л. Тимченко

**Муниципальное автономное дошкольное  
образовательное учреждение  
общеразвивающего вида детский сад № 18 «Остров  
сокровищ»  
муниципального образования город Новороссийск**

**ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ПРИОБЩЕНИЮ  
СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ К ЗДОРОВОМУ  
ОБРАЗУ ЖИЗНИ**

**Методическое пособие**



**Г. Новороссийск  
2022**

Рецензент:

Главный специалист МКУ ЦРО О.Я.Кособянец

Авторы - составители:

Мамян Сафие Рамазановна

Жарина Татьяна Валерьевна

Туртбаева Айжан Сансызбаевна

«Организация работы по приобщению старших дошкольников к здоровому образу жизни» (методическое пособие) – г.Новороссийск, 2022 г. – 29 стр.

В методическом пособии представлен опыт работы педагогов МАДОУ общеразвивающего вида детский сад № 18 «Остров сокровищ» муниципального образования г. Новороссийск по организации работы по приобщению старших дошкольников к здоровому образу жизни в практике работы дошкольного образовательного учреждения.

В пособие представлено перспективное планирование с развернутыми материалами по его реализации. Перспективное планирование разделено на 3 блока: «Я – человек», «Знай свой организм», «Хочу быть здоровым». Реализация данных блоков освещена в непосредственно-образовательной деятельности, в режимных моментах и в организации работы с родителями.

## Содержание

Пояснительная записка.....	4
Цели и задачи.....	5
Блок «Я – человек».....	6
Методическая разработка досугового мероприятия «Открытие месячника нескучного здоровья» .....	6
Блок «Знай свой организм».....	12
Сценарий спортивной квест-игры: «На войне, как на войне..».....	16
Блок «Хочу быть здоровым».....	22
Работа с родителями: «Экскурсия за здоровьем на природу» .....	23
Родительское собрание.....	25
Методическая разработка досугового мероприятия «Заккрытие месячника нескучного здоровья» .....	28
Список используемой литературы.....	29

## Пояснительная записка

Проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения в последние годы приобретает все большую актуальность. У большинства взрослых слабый мотивационный аспект двигательной активности, низкий уровень представлений о здоровом образе жизни. А здоровье человека закладывается в детстве. Организм ребенка очень пластичен, он гораздо чувствительнее к воздействиям внешней среды, чем организм взрослого, и от того, каковы эти воздействия – благодатные или нет, зависит, как сложится его здоровье.

Одна из существенных причин сложившейся ситуации – отсутствие у детей осознанного отношения к своему здоровью. От здоровья детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний.

Приобщение детей к сохранению своего здоровья – это, прежде всего, процесс социализации воспитания. Это сознание высокого уровня душевного комфорта, который закладывается с детства на всю жизнь. Для формирования душевного комфорта необходимы знания о законах развития своего организма, его взаимодействии с социальными факторами.

Медицинская статистика подтверждает, что средняя продолжительность жизни человека в нашей стране составляет немногим более шестидесяти лет. Особенности общественного развития в настоящее время привели к тому, что наметилась тенденция к снижению даже этого, в целом небольшого времени жизни

человека. Научные исследования по выявлению ведущих факторов, влияющих на продолжительность жизни и здоровья, определили, что на 10% есть зависимость от медицинского обслуживания, на 20% - от наследственности, на 20% - от экологических условий и самая большая зависимость – 50% от образа жизни, который ведет человек, что является показателем функциональной грамотности человека, его образованности.

Проанализировав работу по формированию навыков здорового образа жизни у детей в условиях дошкольного образовательного учреждения, мы пришли к выводу, что необходимо более углубленно работать в этом направлении, проводимую работу систематизировать и расширять для получения более высоких результатов.

На базе МАДОУ общеразвивающего вида детский сад № 18 «Остров сокровищ» муниципального образования г. Новороссийск была организована система работы по приобщению старших дошкольников к здоровому образу жизни в практике работы дошкольного образовательного учреждения.

Разработано перспективное планирование и представлены развернутые материалы по его реализации. Перспективное планирование разделено на 3 блока: «Я – человек», «Знай свой организм», «Хочу быть здоровым».

Реализация данных блоков освещена в непосредственно-образовательной деятельности, в режимных моментах и в организации работы с родителями. Разработана, квест-игра, досуговые мероприятия «Открытие месячника нескучного

здоровья», «Закрытие месячника нескучного здоровья». Определены основные направления этой работы - цели, задачи, содержание занятий, работа с родителями, методическое обеспечение, формы и методы работы.

Проведённая работа способствовала активизации работы по приобщению старших дошкольников к здоровому образу жизни в практике работы дошкольного образовательного учреждения, установлению эффективных связей и контактов с родителями воспитанников, повышению уровня физического, морального и эмоционального здоровья детей и их родителей, а также педагогов.

## **Цели и задачи**

### **Цель:**

- повышение социального статуса дошкольного образования;
- обеспечение государством равенства возможностей для каждого ребенка в получении качественного дошкольного образования;
- развивать интерес у детей к собственному здоровью, потребности в физическом совершенствовании;
- формировать навыки здорового образа жизни через занятия различными видами спорта;
- совершенствовать систему работы ДОУ по формированию основ здорового образа жизни у дошкольников.

### **Задачи:**

- охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности
- создание реальных социально-гигиенических (тепловой режим, чистота в помещениях, витаминизация, гигиенические нормы и правила, профилактика заболеваний) и социально-психологических (демократический стиль общения, создание ситуации успеха для ребенка, дух сотрудничества) условий в ДОУ, способствующих укреплению здоровья воспитанников;
- привлечение родителей к активному взаимодействию по воспитанию здорового образа жизни у детей.

## Блок «Я – человек»

Задачи воспитания и обучения	Содержание ОД	Работа с родителями
<p>1. формировать представление об индивидуальности каждого человека</p> <p>2. раскрыть уникальность человеческого организма;</p> <p>3. дать представление о человеке как о части природы, воспитывать желание вести здоровый образ жизни, познавать себя и свои возможности;</p> <p>4. совместно с детьми раскрыть значение оздоровительных мероприятий и «помощников здоровья» (питание, отдых, сон).</p>	<p><b>1. Тело человека.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- строение человека;</li> <li>- сравнение с животными;</li> <li>- эмоциональное богатство человека;</li> <li>- умения человека (мыслить, говорить и др.).</li> </ul> <p><b>2. Земля наш общий дом.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- мы в ответе за тех, кого приручили;</li> <li>- влияние человека на живую и неживую природу (вред и польза);</li> <li>- основное правило здоровья;</li> <li>- единство с природой.</li> </ul> <p><b>3. С утра до вечера</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понятие о времени;</li> <li>- режим помогает укрепить</li> </ul>	<p><b>Интренет-консультация в сети телеграмм</b></p> <p>«Здоровьесберегающие условия пребывания детей в детском саду»;</p> <p>участие родителей в мероприятиях, посвященных Неделе здоровья;</p> <p>индивидуальные консультации «Оздоровительные мероприятия в детском саду».</p> <p>Домашнее задание: оформить совместно с детьми альбом – анкету «Давайте знакомимся»; рассматривание детских фотографий мамы, папы, бабушки, дедушки; поддержание любопытства детей дома.</p>

	<p>здоровье (одно из условий соблюдения здорового образа жизни);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ежедневный порядок (части дня и их наполнение).</li> </ul> <p><b>4. Сон и его значение для здоровья</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сон – составная часть режима дня;</li> <li>- основные правила здорового образа жизни;</li> <li>- значение сна как одного из видов оздоровительных мероприятий и «Помощников здоровья».</li> </ul>	
--	--	--

### Методическая разработка досугового мероприятия «Открытие месячника нескучного здоровья»

#### Цель:

Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми

и сверстниками, может соблюдать правила безопасности поведения и личной гигиены.

**Задачи:**

**Образовательная:**

- закрепить знания о необходимых культурно-гигиенических навыках, о вредных привычках, пользе здорового питания и витаминов.

**Воспитательная:**

- воспитывать чувство коллективизма, командный дух, настойчивость и волю к победе;
- формировать интерес к здоровому образу жизни, занятиям спортом.
- формирование привычки следить за своим внешним видом;

**Развивающая:**

- развитие ловкости, координации движений;
- развитие способностей к установлению причинно-следственных связей между здоровьем и образом жизни человека;

**Предварительная работа с детьми:**

- проведение ООД на темы: «Полезные и вредные привычки», «Что значит быть здоровым?», «Кто такие микробы?», «Витамины - защитники организма»;
- знакомство детей на физкультурных занятиях с разными видами спорта; **Ведущий (Спортсмен):** Сегодня у нас, ребята, праздник - «День здоровья». Что нужно делать, чтобы быть здоровым, крепким? *(ответы детей)* **Ведущий(Спортсмен):** Правильно, ребята. Вместе с солнышком проснись, на зарядку становись, будем бегать и шагать и здоровье укреплять. *Дети выполняют зарядку под музыку.*

Неожиданно появляется «Простуда»

**Простуда:** Ой, я так спешила, бежала, а на зарядку опоздала.

**Ведущий:** Ребятки, вы знаете, кто к нам пришёл?

**Дети:** Нет!

**Простуда:** Как не знаете? Я противная простуда и пришла я к вам непросто, *(начинает громко чихать и кашлять)*

**Простуда:** Всех я кашлем заражу, всех я чихом награжу.

**Ведущий:** А мы с ребятами не боимся тебя, вредная простуда. Будем мы всегда здоровы! Закаляться мы готовы и зарядку выполнять, бегать, прыгать и скакать.

**Простуда:** Как подую я на вас, как закашляю сейчас, всех болезнью заражу и микробами награжу.

**Ведущий:** Ничего, «Простуда», у тебя не получится. Видишь, наши детки каждый день занимаются физкультурой.

**Простуда:** Ребята, а что вы еще делаете, чтобы быть здоровыми? *(Ответы детей)*

**Простуда:** Неужели у меня не получится никого заразить?

**Ведущий:** Не получится. *Играет музыка, выходит Витаминка.*

**Витаминка:** Внимание! Внимание! Спешу вам сообщить, сегодня всем здоровыми помогу я быть! За морями, за лесами есть огромная страна! Страной «Здоровья» зовется она. А чтобы простуду прогнать, приглашаю танцевать! *(дети выполняют музыкально – ритмическую композицию «Солнышко лучистое»)*

**Простуда:** Не получилось у вас прогнать меня!

**Витаминка:** Я знаю кто нам поможет справиться с простудой. Угадайте, что за гость спешит на праздник? Как зовут его, узнай? А для этого загадку поскорее отгадай:

Приходи к нему лечиться Зверь любой, любая птица.  
Всем помочь он поспешит Добрый доктор ...

**Дети.** Айболит! *Под музыку входит Доктор Айболит.*

**Доктор Айболит:** Здравствуйте, ребятки! Доктора вызывали? Я Доктор Айболит. У кого чего болит?

**Ведущий:** Здравствуй, Доктор Айболит! Ничего у нас не болит. Мы сегодня утром делали зарядку и к нам примчалась «Простуда».

**Витаминка:** Хотела наших деток заразить, чтобы они заболели, чтоб у них поднялась температура, начался кашель, насморк. Но наши дети всегда делают зарядку, принимают витамины, пьют соки. Правда ребята? Ответ детей: Да!

**Простуда:** Ой! А я не верю им Доктор Айболит, мне кажется, что они не знают, что нужно делать чтобы быть здоровыми!

**Доктор Айболит:** - Ребята, давайте сейчас покажем и расскажем Простуде, что мы знаем о здоровье! И докажете Простуде что вы не хотите болеть, и будете здоровы!

Вас прошу я дать ответ: Это правда или нет?

Чтоб с микробами не знаться, надо, дети, закаляться?

Никогда чтоб не хворать, надо целый день проспять?

Если хочешь сильным быть, со спортом надобно дружить?

Хочешь самым крепким стать? Сосульки начинай лизать!

Ешь побольше витаминов – Будешь сильным и красивым?

**Простуда:** Ну подумаешь, это все легко отгадать, а вот мои загадки отгадаете?

1. Вот такой забавный случай! Поселилась в ванной – туча. Дождик льется с потолка Мне на спину и бока. До чего ж приятно это! Дождик теплый, подогретый. На полу не видно луж. Все ребята любят ... (Душ)

2. Ускользает, как живое, но не выпущу его я. Белой пеной пенится, руки мыть не ленится! (Мыло)

3. Хожу, брожу не по лесам, а по усам, по волосам, и зубы у меня длинней, чем у волков и мышей. (Расческа)

4. Нужно руки ... (с мылом мыть)

5. Здоровье в порядке спасибо... (зарядке)

6. Ежедневно закаляйся. Водой холодной... (обливайся)

7. Не болеет только тот, кто здоров и любит... (спорт)

8. Защититься от ангины нам помогут... (витамины)

- Вижу знаете вы все загадки, но у меня есть еще более сложные задания, с которыми вы никогда не справитесь.

**Витаминка:** Наш детский сад сегодня превратился в страну «Здоровье». Ребята наши покажут какие они спортивные.

**Простуда:** Ну что ж ребята, смотрите если кто-нибудь сделает ошибку или ничего не знает, того я точно простужу, ведь я простуда! Будете кашлять и чихать, или еще хуже лежать с температурой дома!

**Доктор Айболит:** Ну уж нет, Простуда, ребята все знают о здоровье, и тебе не удастся их заразить, правда ребята? Ответ детей: Да

*Игра «Хорошо – плохо».*



Ведущий называет действие, а дети если хорошо хлопают, если плохо – топают:

- Мыть ноги и принимать душ;
- Перед сном много пить и есть;
- Проветривать комнату перед сном;
- Смотреть страшные фильмы;
- Много гулять на свежем воздухе;
- Играть перед сном в шумные игры;
- Кушать жирную и сладкую пищу;
- Есть больше овощей и фруктов;
- Надевать чужую одежду и обувь;
- Смотреть на яркий свет;
- Делать гимнастику для глаз;
- Грызть орехи зубами;
- 2 раза в день чистить зубы.

**Доктор Айболит:** Ребята, а вы знаете, какие ещё нужны предметы для того, чтобы ухаживать за своим внешним видом. (Ответы детей)

**Доктор Айболит:** Это мы сейчас проверим. Кто из вас ребята знает, что закалке помогает? И полезно нам всегда?

**Дети:** Солнце, воздух и вода!

**Витаминка:** Ребята вы знаете, какие продукты нужно кушать побольше, чтобы быть здоровыми. Конфеты, газировку, шоколадки, жвачки? (Ответы детей)  
Загадывает загадки.

Расту в земле на грядке я. Красная, длинная, сладкая. (Морковь)

Уродилась я на славу. Голова бела, кудрява. Кто любит щи меня в них ищи. (Капуста)

Заставил плакать всех вокруг хоть он и не драчун, а ... (Лук)

Маленький горький – луку брат. (Чеснок)

Круглое румяное. Я расту на ветке: Любят меня взрослые и маленькие детки. (Яблоко)

**Витаминка:** Ребята, вы очень много знаете о здоровье! Я предлагаю провести неделю нескучного здоровья, а в конце мы с вами соберемся для подведения итогов и пригласим простуду, чтобы доказать ей что мы болезней не боимся и с простудой простимся!!!

**Айболит:** А мне пора лететь в Африку, в Лимпопо, лечить больных зверюшек, хочется сказать напоследок: Дорогие ребята! Любите холодную воду, она закаляет ваше тело и ум. От простой воды и мыла у микробов тают силы. Чтоб расти и закаляться, надо спортом заниматься. Закаляйся, детвора, в добрый час: Физкульт-Ура!» Дети. Ура!

**Ведущий:** Приглашаем детей для поднятия флага и официального открытия недели нескучного здоровья!

*Выходят дети и поднимают флаг*

**«Сон и его значение для здоровья человека»**

**Программные задачи:**

- Раскрыть значение сна для здоровья человека;
- Формировать представления о том, что сон является составной частью режима дня;
- Закреплять знания об основных правилах здорового образа жизни.

**Материалы:** музыкальное оформление аутотренинга, карточки для дидактической игры, письмо от тетушки Совы, для подвижной игры картинки «День и ночь».

**Ход:**

*Дети с воспитателем повторяют правила, с которыми они познакомились на предыдущих занятиях. Чтобы вырасти здоровым и сильным, нужно соблюдать:*

- режим дня;
- правила личной гигиены: чистить зубы два раза в день, мыть руки с мылом;
- больше есть овощей и фруктов;
- нужно закаляться и заниматься физкультурой и спортом.

*Воспитатель предлагает детям посмотреть друг на друга и определить, у кого какое настроение. Дети рассказывают о том, кто хорошо выспался, кто видел сны, у кого какое самочувствие и определяют, от чего зависит настроение, самочувствие.*

**Воспитатель:** А теперь, ребята, я предлагаю вам немного расслабиться и получить удовольствие от следующего упражнения.

### **Аутотренинг**

*Звучит медленная музыка. Дети сидят на ковре.*

**Воспитатель:** Я рас-слаб-ля-юсь... и ус-по-кай-ва-юсь... Мои руки расслаблены, как жидкое тесто... теплые, неподвижные.

Мои ноги расслаблены ... теплые ... неподвижные ...

Мое туловище расслаблено ... теплое ... неподвижное ...

Моя шея расслаблена ... теплая ... неподвижная ...

Мое лицо расслаблено ... теплое ... неподвижное ...

Состояние приятного покоя ... Мне дышится легко и спокойно ... отдыхаю и набираюсь сил ...

*Музыка звучит в более быстром темпе.*

Свежесть и бодрость наполняют меня ...

Уходит чувство расслабленности из рук ... , ног ... , туловища ... , шеи ... , лица ...

Мои мышцы отдохнули ... , они легкие ... , как воздушный шарик ...

Я буду со всеми приветливым, добрым ... Мое дыхание углубляется, становится чаще ...

Я чувствую, как прохлада охватывает мое лицо, будто приятный ветерок обдувает меня ...

Я уверен в себе ...

Приятный холодок пробежал по шее ... , плечам ... , спине ... Я словно принял прохладный освежающий душ ...

Чувствую, что моя кожа стала «гусиной» ... По телу «побежали мурашки» ...

Я хорошо отдохнул! Я бодр и силен! Настроение радостное! Самочувствие отличное!

**Воспитатель:** Ну что, понравилась расслабляющая минутка? А теперь давайте поиграем в игру «День и ночь».

### **Подвижная игра «День и ночь»**

*По сигналу «день» дети прыгают, бегают, смеются и т.д. По сигналу «ночь» прекращают все движения и засыпают.*

**Воспитатель:** Ребята, подумайте и ответьте мне: что слаще всего на свете? (Сон)

*Дети рассуждают, что такое сон.*

**Воспитатель** обобщает рассказы детей: Сон – это как будто подлинная история. Ты видишь ее, когда спишь. Но она происходит не на самом деле. В снах может случиться все-все. Иногда сны бывают очень смешные, а иногда немного страшные. Но снов не надо бояться, они

всегда кончаются, когда ты просыпаешься. Для любого человека сон – первая жизненная необходимость независимо от возраста. У каждого своя норма в количестве сна. Новорожденные спят до 22 часов в сутки, взрослый человек спит в среднем 8 часов. Взрослые спят меньше, чем дети. В отличие от взрослых, ты еще растешь, а сон для роста – самое лучшее время.

**Воспитатель:** Ребята, у меня в руках конверт, который прислала нам в детский сад тетушка Сова. Давайте прочтем, что в нем написано: «Дорогие ребята, здравствуйте. Пишет вам тетушка Сова. Я узнала, что сегодня на занятии вы будете говорить о снах, поэтому приготовила для вас несколько советов «Как готовиться ко сну». Прежде чем лечь спать, нужно соблюсти правила личной гигиены: 1. умыться, 2. Почистить зубы, 3. Убрать игрушки, книги».

**Воспитатель:** Спасибо тетушке Сове за такие хорошие советы. Весь день вы бегаєте, прыгаете, играете, разговариваете, смеетесь, и ваш организм устает. А ночью ваше тело отдыхает, набирает новые силы. Уставшее за день тело человека во сне принимает удобное положение. Даже, когда человек спит, его тело не неподвижно. Во сне люди ворочаются, поворачивают голову, двигают руками и ногами. Постель не должна быть слишком мягкой и жесткой. Отсутствие сна по какой-либо причине человек переносит тяжело. Он становится рассеянным, у него ухудшается настроение, болит голова, он не может работать, ухудшается память и иногда происходит потеря сознания. В тоже время, если спать больше положенного, то ощущается вялость и разбитость. Если человек хорошо выспался, утром глаза

у него так и светятся, настроение отличное, самочувствие бодрое.

### Дидактическая игра «Кто где спит?»

**Воспитатель:** Посмотрите на эти картинки. *(предлагает иллюстрации к игре)*. Здесь у меня карточки, на которых изображены животные и на которых изображены различные виды мест, где эти животные проживают. Вам необходимо, выбрав одного животного, найти ему дом, в котором это животное проживает и спит. Обязательно нужно называть место проживания животного.

### Несколько советов родителям от тетушки Совы:

- не забывайте перед сном проветривать комнату;
- проследите, чтобы Ваш ребенок перед сном почистил зубы и принял душ;
- перед сном полезны прогулки на свежем воздухе;
- не смотрите на ночь телевизор, лучше немного почитайте ребенку;
- ребенку полезно выпить стакан молока с медом для быстрого засыпания;
- постель ребенка не должна быть слишком мягкой или твердой.

**Рефлексия:** Сон – одна из главных потребностей

человека, без которой он не может жить. От ночного отдыха зависит и настроение, и наше здоровье.

### Блок «Знай свой организм»

Задачи воспитания и обучения	Содержание занятий	Работа с родителями
1. развивать	1. Дыхательная система.	Подбор материалов для сайта ДОО по

<p>умения детей делать выводы о взаимозависимости органов дыхания;</p> <p>2. осваивать механизм обоняния, освоить правила обеспечения безопасности дыхания;</p> <p>3. формировать представления об основных особенностях кровеносной системы и функций сердца человека</p> <p>4. развивать у детей понимание значения кожи как «защитника» и «помощника» при взаимодействии с окружающим миром;</p> <p>5. воспитывать важное отношение к своей коже, желание быть чистоплотным;</p> <p>6. подвести к пониманию прямой зависимости чистоты и здоровья;</p> <p>7. уточнить и закрепить навыки ухода за кожей.</p>	<p>- для чего человеку нужно дышать?</p> <p>- определение запахов;</p> <p>- опытным путем узнать, что в легких есть воздух;</p> <p>- если нос не дышит.</p> <p><b>2. Сердце и сосуды.</b></p> <p>- сердце – главная мышца человеческого организма, которая должна все время работать;</p> <p>- сердце – насос, заставляющий кровь двигаться по организму;</p> <p>- слушание пульса после подвижной игры;</p> <p>- с помощью фонендоскопа слушание биение сердца;</p> <p>- кровь движется по сосудам – длинным трубочкам.</p> <p><b>3. Наш защитник – кожа.</b></p> <p>- изучение внешнего вида и строения, чувствительности кожи;</p>	<p>теме «Дыхание»; консультации для родителей по организации двигательной активности дома в зависимости от времени суток;</p> <p>подбор материалов по теме «Кожа»; индивидуальные беседы с родителями о поощрении самостоятельности ребенка в процессе выполнения гигиенических процедур; буклет для родителей по теме «Наши органы слуха»; по проведению гимнастики для глаз; подбор материала «Как сохранить хорошее зрение?»; брошюры на тему: «Правильно ли ваш ребенок чистит зубы?»; статьи в телеграмм канале ДОО «Самомассаж лица и шеи для всей семьи»;</p>	<p>8. освоить особенности развития слуха у животных и у человека;</p> <p>9. развивать умение объяснять роль слуха для ориентировки в окружающей действительности и в овладении человеческой речью;</p> <p>10. выявить роль зрения в жизни человека, дать представления об особенностях строения глаза;</p> <p>11. развивать у детей устойчивый интерес к своему здоровью;</p> <p>12. осваивать правила ухода за полостью рта на основе материала рабочих карт;</p> <p>13. формировать представление о том, что органы в определенных пределах могут заменять друг друга;</p> <p>14. развивать умение делать</p>	<p>- значение кожи в защите организма;</p> <p>- отпечатки пальцев (рассматривание в лупу).</p> <p><b>4. Как сохранить свою кожу здоровой?</b></p> <p>- кожа – защита от микробов;</p> <p>- гигиенические процедуры помогают сохранять кожу чистой;</p> <p>- правила гигиены;</p> <p>- предметы личной гигиены</p> <p><b>5. Мои добрые помощники. Уши.</b></p> <p>- зачем нам уши (какие звуки мы можем услышать);</p> <p>- опыт (закрывать уши, рассказать об ощущениях);</p> <p>- развитие слуха у животных;</p> <p>- строение органа слуха;</p> <p>- гигиена органа слуха;</p> <p>- глухие люди.</p> <p><b>6. Мои добрые помощники. Глаза.</b></p> <p>- помощники</p>	<p>«Полезность многогимнастики»; подбор материалов в уголок по теме «Здоровье зубов».</p>
---	---	--	---	---	---

<p>выводы о влиянии гигиены на здоровье.</p>	<p>человека: зрение, слух, осязание, обоняние;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- строение глаза;</li> <li>- рекомендации по сохранению зрения;</li> <li>- для каких целей люди используют очки;</li> <li>- правила соблюдения гигиены зрения.</li> </ul> <p><b>7. Чтобы зубы были здоровыми.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- назначение зубов;</li> <li>- гигиена полости рта;</li> <li>- какие продукты позволяют сохранить здоровые зубы;</li> <li>- развиваем навыки правильной чистки зубов;</li> <li>- как животные сохраняют зубы здоровыми.</li> </ul> <p><b>8. Как органы человека помогают друг другу.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- два глаза, два уха, много зубов;</li> <li>- замена глаз руками и ушами;</li> <li>- замена носа ртом;</li> <li>- замена языка носом;</li> <li>- замена рук и ног;</li> </ul>	
--	--	--

	<p>- замена речи жестами.</p>	
--	-------------------------------	--

### «Мои добрые помощники. Уши»

#### Программные задачи:

- Рассказать о роли слуха для ориентации в окружающей среде и в овладении человеческой речью;
- Помочь освоить особенности слуха у животных и у человека;
- Развивать умение объяснять роль слуха для ориентировки в окружающей действительности;
- Развивать умение делать выводы о связи между рекомендацией по предупреждению нарушений слуха.

#### Материалы:

Иллюстрации животных, иллюстрация – схема «Строение слухового аппарата у человека», свисток, письмо от жителей Ухограда.

#### Ход:

Воспитатель загадывает детям загадку:

Живут два братца,

Друг друга не видят.

Но слышат. (*уши*)

**Воспитатель:** согласны ли вы отправиться в город Ухоград? Как вы думаете, почему город так называется? О чем будет идти речь? (*предположения детей*)

**Воспитатель:** правильно, сегодня мы поговорим об органе слуха - ушах. Орган слуха есть у животных и человека. Животным слух помогает поймать добычу,

найти друг друга. А для чего же нужен слух человеку?  
(ответы детей)

**Воспитатель:** закройте, пожалуйста, руками свои уши и давайте поэкспериментируем. (Воспитатель стучит, шуршит бумагой, спокойно разговаривает, затем просит детей убрать руки и рассказать о своих ощущениях.) дети говорят, что стали плохо слышны звуки, стало труднее общаться друг с другом.

**Воспитатель:** для того, чтобы проверить, все ли дети хорошо слышат давайте сыграем в игру «Узнай, кто тебя позвал» (выбирается водящий и подходит к педагогу, который закрывает глаза водящему. Воспитатель жестом, показывает желающего поиграть и предлагает, изменив голос, тихо позвать водящего по имени. Водящий должен узнать зовущего по голосу. Затем открывает глаза, чтобы проверить правильность своего предположения)

**Воспитатель:** ухо является органом слуха, с помощью которого человек различает голоса людей, пение птиц, шум ветра, раскаты грома. Смотрите, у меня в руках письмо от жителей Ухограда, это письмо для нас, давайте прочтем, что в нем написано.

«Здравствуйте, ребята! Пишут вам ребята из города Ухограда. В нашем городе ребята живут строго по советам доктора Айболита:

- в сильный мороз надевают теплый головной убор.
- в ушах не ковыряются ручкой, спичкой и другими острыми и твердыми предметами.
- если все-таки в ухо попал инородный предмет, обращаются к взрослым или врачу.
- защищают уши от сильного шума.

*Пользуетесь ли вы этими советами, чтобы сберечь свой слух.»*

**Воспитатель:** спасибо большое жителям Ухограда за эти полезные советы. Я думаю, что мы с вами будем обязательно соблюдать все рекомендации наших друзей. А теперь давайте поиграем в игру «Сигнал». (воспитатель предлагает детям встать в круг и по сигналу начинать двигаться, если изменяется сигнал, то дети должны начинать двигаться в другом направлении, затем предлагает присесть на стульчики).

**Воспитатель:** слух животных отличается от слуха человека. Настоящими чемпионами по слуху являются дельфины, киты и летучие мыши. Волк улавливает звуки за 50 метров от источника. Отличным слухом обладают ежи. У кузнечика уши расположены на передних лапках, которыми они двигают, чтобы прислушаться. А у рыб уши располагаются по бокам. Человек с нормальным слухом слышит шаги лишь в пяти метрах от себя. Если ничего не слышит, он – глухой. Если человек рождается глухим, он, как правило, и говорить не может. К таким людям нужно относиться бережно, с пониманием, оказывать им посильную помощь.

**Воспитатель:** а теперь я предлагаю провести опыт для того, чтобы вы поняли связь уха с носоглоткой. Ребенок набирает воздух и плотно закрывает рот, а указательными пальцами обеих рук закрывает слуховые проходы и пытается выдохнуть воздух, не открывая рта. При этом воспитатель закрывает носовые проходы ребенка своей рукой. По окончании опыта ребенок делится впечатлениями. Дети отмечают, что почувствовали давление воздуха, попавшего в нос и в ухо,

хотя воздух был набран ртом. Воспитатель предлагает рассмотреть иллюстрацию «Строение органа слуха» у человека в ходе рассмотрения педагог рассказывает о строении уха. Затем воспитатель предлагает детям переместиться на ковер и проводит психогимнастику.

### **Психогимнастика**

#### **Игра-фантазирование «Расскажи-ка ... жестами!»**

Представь себя в поезде за окном вагона, а свою бабушку - на перроне вокзала. Она тебя не слышит, но ты обязательно должен ей сказать:

Что ты хорошо устроился в вагоне.

Что позвонишь бабушке, когда приедешь.

Что у бабушки развязалась косынка и сейчас упадет.

Детям дается задание передать эту информацию жестами, пока поезд не тронулся.

#### **Рефлексия:**

Ухо является органом слуха, с помощью которого человек различает голоса людей, пение птиц, шум ветра, раскат грома.

Уши надо беречь!

К глухим и слабослышащим людям следует относиться с пониманием «оказывать им посильную помощь».

#### **«Мои добрые помощники. Глаза»**

##### **Программные задачи:**

- Рассказать о значении зрения для здоровья человека;
- Познакомить со строением глаза;
- Воспитывать у детей потребность беречь глаза и правильно обращаться с очками при необходимости;

- Воспитывать у детей гуманное отношение, толерантность к детям и к людям старшего возраста в очках.

**Материалы:** Иллюстрации «Строение глаза», к игре «Вредно - полезно», карточки с изображением четырех цветов, письмо от доктора Айболита.

##### **Ход:**

**Воспитатель:** ребята, зрение, слух, осязание и обоняние – это главные помощники человека. Уши, глаза, нос, язык, кожа помогают ему познавать мир. Давайте представим, что: утром зазвонил будильник – пора вставать? *(Ответы детей: звон будильника человек слышит с помощью органа слуха ушей)*

- встал с кровати. Прохладно. Надо одеться. Каким органом можно почувствовать, что стало холодно? *(Ответы детей: температуру воздуха человек почувствовал через орган осязания – кожу).*

- в квартире чувствуется запах каши. Это мама на кухне готовит завтрак. С помощью какого органа мы почувствовали запах каши? *(Ответы детей, с помощью носа) воспитатель дополняет, что нос – это орган обоняния.*

- каша несладкая, надо положить пару кусочков сахара. Какой орган помог нам определить, что каша несладкая? *(ответы детей: вкус человек почувствовал через другой орган – язык)*

- на небе серые, хмурые тучи, надо взять зонтик. А какой орган помог нам определить, что на улице тучи и надо взять зонтик.

*(Ответы детей: о перемене погоды человеку сообщил орган зрения глаза).* Дети с воспитателем делают выводы о том, что органы чувств помогают человеку ориентироваться в окружающем мире.

**Воспитатель:** ребята, глаза - наши добрые помощники. Сегодня на занятии мы с вами познакомимся с этим органом. Я предлагаю вам рассмотреть **схему «Строение глаза»**. Дети знакомятся более подробно с органом зрения. Воспитатель: а теперь я предлагаю вам закрыть глаза и представить, как тяжело быть слепым: не видеть солнце, небо, траву, цветы, лица людей. Дети закрывают глаза, а потом описывают свои ощущения (*Испытывают страх, дискомфорт*). **Воспитатель:** способность видеть окружающий мир - одно из ценнейших качеств, которым обладает человек. Почти все события в жизни человека воспринимаются с помощью зрения.

**Воспитатель:** с помощью зрения мы с вами можем различать все краски мира и поэтому я хочу предложить поиграть в **игру «Собери свой цвет»**. (*воспитатель делит детей на четыре команды, каждой из которых определяется один цвет. Затем карточки с изображением цветов раскладываются на полу и команды в форме эстафеты должны собрать все карточки со своим цветом*).

**Воспитатель:** у наших глаз имеется природная защита от капелек пота, пыли, соринки глаза, защищают брови, веки, ресницы. Для улучшения зрения полезен витамин «А», поэтому необходимо употреблять в пищу много морковки. Давайте поиграем в **игру «Вредно – полезно»**. (*воспитатель показывает детям карточки, на которых изображены различные действия, связанные с глазами и предлагает детям ответить полезно ли это для зрения или вредно*) Смотрите у меня в руках письмо от доктора Айболита. Давайте узнаем, что он нам пишет.

«Здравствуйте, мои друзья. Я сейчас нахожусь в Африке, лечу местных деток. У них болят глаза, потому что они неправильно заботились об этом органе. Высылаю вам советы, как сохранить драгоценное зрение:

- Во время выполнения домашнего задания, чтения, рисования необходимо соблюдать расстояние в 30 см между глазами и листом бумаги.

- Чтение в темноте или при слабом освещении понижает остроту зрения.

- Для просмотра телевизора лучше сидеть на жестком стуле и ставить его в 2-х метрах от экрана.

- Работая с ножницами и другими острыми колющими предметами, нужно быть очень осторожным, чтобы не поранить глаза.

Надеюсь, мои советы помогут вам сберечь бесценный дар - зрение. До новых встреч!»

**Воспитатель:** Ребята, какие полезные советы прислал нам доктор Айболит! Спасибо ему за это. Обязательно будем их выполнять. А вы знаете, что зрение проверяет глазной врач - окулист. При близорукости человек плохо видит далеко расположенные предметы, при дальнозоркости - близко расположенные.

Давайте поиграем в **игру «Далеко - близко»** (*воспитатель попеременно просит детей смотреть на предметы, которые находятся близко и далеко от них*).

**Воспитатель:** зрение у вас в порядке, однако, есть люди, которые страдают от плохого зрения и тогда врач - окулист прописывает носить очки. Хорошо подобранная оправа очков украшает лицо, делает его привлекательнее.



За очками нужен специальный уход:

- стекла нужно содержать в чистоте;
- беречь от ударов, чтобы стекло не поранило глаза.

Люди, у которых полностью отсутствует зрение, лишены возможности видеть краски мира. Слепым человек может быть от рождения или после какой-нибудь травмы, болезни.

Доктор Айболит хочет научить вас относиться к слепым людям бережно с уважением. Людям, лишенным возможности видеть наш чудесный мир, очень нужна помощь других людей, дружба, понимание, сострадание. Воспитатель: а теперь давайте сядем на ковер и проведем гимнастику для глаз. Этот комплекс поможет снять напряжение глаз, укрепить глазные мышцы. Эти упражнения способствуют сохранению хорошего зрения.

#### **Гимнастика для глаз.**

*Крепко зажмурь глаза на 3-5 секунд, затем открой. Повтори 6-8 раз. Быстро – быстро поморгай так, чтобы не успело исчезнуть то, что видишь. Поморгай, поморгай, ... остановись, осмотришь, ... снова моргаем ... быстро моргать в течении 15 секунд. Повторить 3-4 раза.*

*А теперь глаза закрой*

*И погладь руками,*

*Помечтаем мы с тобой*

*О любимой маме.*

*Закрой глаза и поглаживай веки подушечками пальцев.*

*Повращай глазами вправо,*

*Раз, два, три,*

*Повращай глазами влево,*

*Снова повтори.*

*Делай круговые движения глаз в одну, затем в другую сторону.*

*Пальчик к носу движется,*

*А потом обратно,*

*На него посмотреть*

*Очень нам приятно.*

*Вытяни вперед руку. Следить за кончиком пальца, медленно приближая его к носу, а потом также медленно отодвигай обратно 5-6 раз.*

#### **Заключение:**

Дети и взрослые в очках такие же, как все, только глаза видят у них слабее. Относись к ним с уважением! Если им нужна помощь, окажи ее.

Старые люди видят очень плохо. Помогай им, ведь придет время и твои мама и папа станут такими же старенькими.

Уши, глаза, нос, язык, кожа помогают познавать мир, ориентироваться в жизни.

#### **Сценарий спортивной квест – игры «На войне как на войне...» для детей старшей - подготовительной группы детского сада**

**Цель:** сформировать у детей чувство гордости за подвиг нашего народа во время Великой Отечественной войны; воспитать уважение к старшему поколению, ветеранам.

**Задачи:** создать условия для «погружения и проживания» детьми ситуации военного времени в формате военно-полевой игры; рассказать дошкольникам о войне, защитниках Родины, празднике «День Победы».

**Место проведения:** спортивная площадка, групповые веранды на территории дошкольного учреждения.

**Участники:** педагоги в роли ведущего, специалиста-картографа, связиста, командиров (на «привале», в «штабе», на «передовой»), военного врача, повара; дети старших и подготовительных к школе групп и военнослужащие В/Ч 2396-Б – команды.

**Оборудование:** музыкальная колонка; карта-схема территории детского сада, шифровки – ребусы; мешочки с песком, снаряды – набивные мячи, тоннель; веревки, натянутые в разном направлении и на разной высоте, для лабиринта; бумага А4, цветные карандаши; спецодежда для юных санитаров, носилки для транспортировки «раненых» с поля боя, бинты, ножницы, палатка; гречка, чай, сухари, ложки, пластиковые стаканы; деревянные палочки для имитации костра.

### **Ход мероприятия**

*Звучит марш «День Победы», дети выстраиваются на спортивной площадке.*

**Ведущий:** 9 мая мы отмечаем светлый, радостный праздник – День Победы нашего народа в Великой Отечественной войне над фашистской Германией. Мы с благодарностью вспоминаем тех, кто отстоял мир в жестоких сражениях.

**1 ребенок:** Сегодня праздник – День Победы!

Счастливый, светлый день весны.

В цветы все улицы одеты

И песни звонкие слышны!

**2 ребенок:** Мы сегодня отмечаем

Светлый праздник всей страны,

Помнить дату эту люди

Обязательно должны!

**3 ребенок:** День Победы – праздник дедов,  
Это праздник твой и мой.

Пусть же будет чистым небо

У ребят над головой!

**4 ребенок:** Пусть гремят сегодня пушки

На парадах и в кино!

Мы за мир, войны не нужно,

Это точно решено!

**Ведущий:** Память... Какое счастье, что сегодня узнать о той войне помогает только память, сохранившаяся в книгах и письмах, в кинофильмах и песнях, в сердцах ветеранов.

(К ведущему подбегает солдат-ребенок.)

Солдат: Разрешите обратиться, срочное донесение! Сегодня начинаются боевые учения. Всем командирам групп срочно прибыть в штаб.

-Необходимо поделиться на 2 команды, придумать название и девиз.

(представление команд)

### **«Штаб»**

**Командир:** Бойцы, вы находитесь в штабе. Сюда стекается вся информация из военных частей и от разведчиков, ее отображают на карте. Карта показывает большую территорию на небольшом кусочке бумаги. Условные обозначения подсказывают, какие важные объекты находятся в этой местности. Наша разведка смогла добыть карту с указанием маршрута. Но противнику удалось порвать эту карту. Надо правильно собрать карту, взамен получить целую и сориентироваться по ней.

**Ведущий:** Командирам групп получить маршрутные

листы.

Капитаны групп бегут в «штаб», где командир раздает маршрутные листы. Затем они возвращаются к своим группам, где каждая группа собирает карту подходят к командиру и получают целую.

**Воспитатель в военной форме:** Здравия желаю будущие защитники Родины. Я главнокомандующий всеми войсками объявляю военные учения! отдаю вам приказ пройти 5 пунктов и в каждом пункте выполнить задание, за каждое задание вы получите флажок, после эти флажки необходимо доставить в штаб. А помогут вам в этом стрелки. Желаю вам удачи! Всем разойтись по объектам соответственно своим маршрутным листам!

### 1. «Передовая» (веранда)

**Оборудование:** 2 корзины, шарики, 8 плоских обручей, 2 дуги, 2 линии старта.

Здесь «бойцы» проверяют не только свои «снайперские» навыки в метании по различным мишеням, но и скоростно-силовые возможности. Для этого проводятся эстафеты с переносом «снарядов», преодолением дуг попластунски и лабиринта.

*(Каждая команда получает флажок)*

### 2. «Тревожный мешок» (веранда)

**Оборудование:** 2 тревожных мешка и игрушки, 2 линии старта.

Команды строятся у линии старта. Им предлагается собрать тревожный мешок. Каждый игрок должен положить в мешок нужный предмет. В конце испытания все вместе разбираем, правильно ли игроки выбрали необходимые предметы. Флажок получает команда с лучшим результатом.

### 3. «Минное поле» (веранда)

**Оборудование:** 2 баскетбольных мяча, конусы 10 шт., 2 линии старта.

Командам необходимо провести мяч змейкой между конусами, не потеряв управление над мячом. Флажок получает команда, справившаяся быстрее.



### 4. «Полоса препятствий»

**Оборудование:** 2 гимна.

Скамейки, 2 шнура, 2 конуса.

Прохождение полосы препятствий командами на скорость. Ходьба по гимна. скамейке. прыжки справа и слева вдоль шнура, оббежать вокруг конуса и вернуться обратно таким же образом. Побеждает, команда, быстрее справившаяся с заданием.



**5. «Медсанбат» (веранда, территория за садом).**  
**Оборудование:** бинты, носилки, 2 конуса.

По прибытию команды ожидают медсестры. На этом объекте военный врач рассказывает, как на войне наравне с солдатами на полях сражений трудились врачи и санитары, вытаскивали на себе раненых бойцов, прикрывали их своей грудью. Из каждой команды выбирается по 4 раненных, медсестра перевязывают им раны. Затем командам предлагается транспортировать раненных на носилках в санитарную палатку.



**Команды возвращаются в штаб.  
Подведение итогов, награждение команд.**

**ПОЛЕВАЯ КУХНЯ: всех присутствующих угощают солдатской кашей.**



**Видеоролик квест-игры**



## Блок «Хочу быть здоровым»

Задачи воспитания и обучения	Содержание занятий	Работа с родителями
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Активизировать знания детей о здоровье, здоровом образе жизни, происхождении болезней;</li> <li>2. Развивать умение делать выводы о влиянии гигиены на здоровье;</li> <li>3. Расширять представления о простейших микроорганизмах;</li> <li>4. Закреплять навыки борьбы с болезнетворными бактериями.</li> <li>5. Познакомить с разнообразием закаливающих процедур и их значением организма человека;</li> <li>6. Поощрять желание вести здоровый образ жизни;</li> <li>7. Закреплять умение использовать</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Я и мое здоровье.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- где прячется здоровье?</li> <li>- болезнь и здоровье (общее состояние организма, настроение);</li> <li>- природные помощники в сохранении здоровья;</li> <li>- что я делаю для здоровья, веду ли я здоровый образ жизни?</li> <li>- вредные привычки.</li> </ul> </li> <li>2. <b>Что такое микробы?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определение микробов и бактерий, их происхождение;</li> <li>- рассмотрение различных видов бактерий (плесень, труха дерева);</li> <li>- полезные микробы</li> </ul> </li> </ol>	<p>Онлайн консультации: «Валеология как наука формирования здоровья»; подбор материала для сайта ДОО «Микробы и гигиена»; статьи в чате whatsApp для родителей по организации двигательной активности дома в зависимости от времени суток; Центр для родителей в группе: «Правильное питание», «Витамины на столе», «Закаливание организма»; организации двигательной активности дома в зависимости от</p>

полученные знания о здоровьесберегающих их условиях на практике;	и бактерии (простокваша, лекарства, йогурт, сыр);	времени суток; «Здоровая кухня», «Витамины круглый год», «Закаливание организма».
8. Познакомить со строением и функцией пищеварительной системы, показать значение питания в жизни человека;	- вредные бактерии (кариес, ангина, грипп...); - размножение микробов; - борьба с бактериями и микробами.	
9. Закрепить знание детей о рациональном питании.	<b>3. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!</b>	
10. Закреплять представления о здоровье как о ценности, которой необходимо постоянно заботиться;	- беседа о закаливании; - хождение босиком; - дыхательная гимнастика; - воздушные, солнечные и водные ванны;	
11. Формировать положительные качества личности ребенка, нравственного и культурного поведения – мотивов укрепления здоровья;	- безопасное поведение про ведении закаливающих мероприятий.	
12. Закреплять понятия режима дня, его	<b>4. Здоровое питание – здоровая жизнь.</b> - пища – источник жизни на земле; - строение	

необходимости в успешной организации жизни, деятельности каждого человека.	пищеварительной системы организма человека; - гигиена питания; - режим питания; - витаминизация питания (полезные и вредные продукты); - приготовление пищи.	
	<b>5. Я расту и здоровье берегу.</b> - установление связей между соблюдением правил здорового образа жизни (здоровья) и ленью, неряшливостью (болезнями); - составление схемы режима дня; - гигиенические процедуры в режиме дня; - занятия физкультурой и спортом – залог здоровья; - обобщение составляющих здорового образа жизни.	

остатки пищи оставить на пеньках лесным жителям. Взрослые следят за состоянием детей, их внешним видом (цветом щёк и носа).

Конечная точка маршрута совпадает с начальной. Для подведения итогов похода делается кратковременная остановка - обсуждение увиденного в лесу.

В последующем воспитатель предлагает выразить свои впечатления в рассказе, рисунке, и составляется альбом - как мы искали здоровье в лесу.

### Родительское собрание "О здоровье всерьёз"

#### Повестка дня:

1. Профилактика ЗОЖ. Организация закаливания детей в группе и дома Ответственный - воспитатель группы, инструктор ФК
2. Работа с памятками «Как предупредить несчастный случай». Ответственный - воспитатель
3. Игровой прием «Лепестки ромашки» и работа со стендом «5 причин болезней детей» Ответственный - медицинская сестра

#### Предварительная работа:

1. Оформление стенда «5 причин болезней малышей»
2. Изготовление с детьми приглашения на родительское собрание
3. Подготовка памяток для родителей
4. Анкетирование родителей
5. Выставка-дегустация чая.

До собрания тихо звучит музыка, родителям предлагается рассмотреть выставки, продегустировать чай.

#### Ход собрания

Звучит песня «Закаляйся»

Воспитатель начинает собрание:

Уважаемые родители! Мы всегда рады видеть вас в нашем ДОО. Спасибо вам за то, что вы пришли на эту встречу, это означает, что нас всех объединяет интерес к теме родительского собрания, а она действительно заслуживает внимания.

Как укрепить здоровье детей, избежать болезней? Эти вопросы волнуют и вас, родителей, и нас, педагогов, так как, все мы хотим, чтобы наши дети год от года становились сильнее, вырастали и входили в большую жизнь не только знающими и образованными, но и закалёнными и здоровыми.

Представляется инструктор ФК, которая представляет данные анкет. По результатам видно, что родителями групп проводятся различные виды закаливания с детьми в сочетании со спортивными прогулками и подвижными играми. Ежедневные прогулки детей являются эффективными методами закаливания, так как потребность растущего организма в кислороде более чем в 2 раза превышает таковую у взрослых. Под влиянием воздушных ванн только повышается тонус нервной, дыхательной и пищеварительной систем, но и в крови возрастает количество эритроцитов и гемоглобина.

*Вопрос:* Чем вы занимаете ребенка на прогулке? Какие виды труда наблюдений и игр используете?

Спасибо за внимание!

*Музыкальная пауза*

леса с тем, что был в городе возле автодороги, сверяют маршрут.

Большой привал делается на середине маршрута. Воспитатель вместе с родителями выбирает место и обустроивает его брёвнами (как скамейками) и столом. Воспитатель и дети собирают хворост, родители разжигают костёр -

Воспитатель: Когда появилось слово «семья»?  
Когда-то о нём не слыхала Земля...  
Но Еве сказал перед свадьбой Адам:  
Сейчас я тебе семь вопросов задам  
Кто деток родит мне богиня моя?  
И Ева тихонько ответила «Я»  
Кто их воспитает, царица моя?  
И Ева покорно ответила: «Я»  
Кто пищу сготовит, о радость моя?  
И Ева всё так же ответила: «Я»  
Кто платье сошьёт, постирает бельё  
Меня приласкает, украсит жильё?  
«Я, я» - тихо молвила Ева - «Я, я»...  
Сказала она знаменитых семь «Я»  
Вот так появилась на свете семья.

А сейчас я приглашаю вас к нашему семейному очагу, чтобы вы получили заряд бодрости и хорошего настроения.

О каждой семье можно написать книгу. Представьте, что такая же книга есть и у нас. Называется она «Семью семь», потому, что в ней семь страниц и каждая страница имеет в своём названии цифру 7. Ведь семья - это 7 «Я». Давайте полистаем страницы этой книги.

Первая страница - *Семейное колено*. Сейчас мы узнаем, кто вы, друзья. Где ваши корни, вспомните своих близких, родных людей, а может и седьмое колено.

Рассказ о своей семье.

Воспитатель: Каждый родственник имеет своё название, давайте вспомним - *проводится игра викторина* - отвечающий на вопрос получает жетон.

Воспитатель: Следующая страница нашей книги **Семь нот**.

Родители вспоминают любимые песни

Следующая страница - *конкурс «Перетягивание каната»*

*Конкурс «За семью печатями»* - родители раскрывают секреты старинных рецептов и даров осени и леса (грибов и ягод).

*«Семь цветов радуги»* - рисунок палочкой на земле

*«Семь вёрст до небес»* вспоминаем смешные и забавные случаи из семейной жизни.

*«Семеро одного не ждут»* - Игры со скакалкой, мячом, кольцами и туалетной бумагой (обматывание).

Наблюдение за обитателями леса, роши (птицами, насекомыми, ящерицами).

Воспитатель: Вот и прочитана последняя страница нашей книги. Осталось только поблагодарить тех, кто помогал нам её прочитать. Чтобы семьи жили дружно, счастливо, что для этого нужно? МИР.

Нашу встречу, предлагаю закончить песней о мире и счастье «Пусть всегда будет солнце».

А сейчас всех приглашаем к костру, подкрепиться перед дальней дорогой. После пикника собирать вещи,

Воспитатель: Познакомьтесь, пожалуйста, с содержанием памятки «Как предупредить несчастный случай»

*Вопрос:* На какие правила вы обратили особое внимание? Какие методы, по-вашему, наиболее эффективны в предупреждении травматизма: беседы, сказки, театрализация и т.д.?

Какие у вас будут дополнения, советы, вынесенные из жизненного опыта?

Воспитатель рассказывает о вреде мелких игрушек и их последствиях.

Созданы ли условия и как соблюдаются меры по предупреждению детского травматизма в группе и на участке ДОО расскажет вам медицинский работник (совет по оказанию первой медицинской помощи при несчастных случаях и практикум).

Медицинская сестра представляет статистику заболевания детей, режим проветривания, наличие сменной одежды в шкафах, соответствие одежды детей температурному режиму. Если мы хотим видеть детей здоровыми – надо постоянно, каждодневно уделять время для закаливающих процедур. В минимум закаливания входит обязательное использование не перегревающей одежды, воздушные и водные процедуры.

Практикум: показ видов закаливания: обтирание, точечный массаж.

Затем проводит игровой метод «Лепестки ромашки». Родители отрывают лепестки ромашки и зачитывают вопросы.

1. Если ребенок порезался, что делать?

2. Можно ли смазывать йодом ранки?
3. Признаки сотрясения мозга?
4. Какие меры предпринимать, если ребенок вдохнул мелкий предмет, выпил лекарство, засунул в нос, ухо инородный предмет, ушиб руку, ногу, если ужалила пчела?

Также предлагаю вам ознакомиться со стендом «5 причин болезней детей» Какие ивы еще знаете причины?

Ваши рецепты в копилку полезных советов (зачитываются из анкет). Обмен опытом.

«Острое блюдо»

Воспитатель раздает на подносе перечницы, внутри которых вопросы. Родители зачитывают и отвечают.

- Возникли ли у вас вопросы, после сегодняшнего собрания и какие?
- Предлагаю рассказать нам, какие опасности нам удалось обезвредить?
- Сегодня нам представилась возможность продегустировать чай и узнать их полезные свойства. Хотите ли вы продолжить эту традицию и как?

### Решение родительского собрания:

1. Оформить альбом – гербарий лекарственных трав. Летом с детьми организовать сбор лекарственных трав и ягод, цветов для лечебного чая. На одном из собраний будет организован обменный базар.
2. Оформить стенд « Не разрешайте детям приносить в детский сад...», на котором наглядно показать травмоопасные предметы.



3. Медицинскому работнику ежемесячно проводить анализ заболевания детей.



### Методическая разработка досугового мероприятия «Закрытие месячника нескучного здоровья»

**Цель:** Формирование у детей любви к спорту и физической культуре.

**Задачи:**

- Подведение итогов соревнований;
- Закрепление знаний о здоровом образе жизни;
- Гармоничное развитие физического и психического здоровья детей;
- Привитие интереса и любви к занятиям физической культурой и спортом у детей и коллектива детского сада.

Ход мероприятия:

Детей на спортивной площадке встречают Витаминка, Простуда и Айболит.

**Простуда:** Здравствуйте! А почему никто не кашляет, не чихает?

**Витаминка:** Здравствуй, простуда! Не получилось у тебя заразить наших ребят, они усиленно кушали много овощей, фруктов, занимались физкультурой!

**Айболит:** Да, простуда, и никто не заболел, не обратился ко мне за помощью, все дети здоровы!

**Простуда:** Как же так? Что же мне теперь делать?

**Ведущий:** а ты, простуда, поиграй с нами, тебе понравится!

Проводится игра футбол в кругу.

**Простуда:** Как интересно, это веселее чем болеть!

**Ведущий:** предлагаю подвести итоги наших соревнований.

*Вручение грамот командам.*

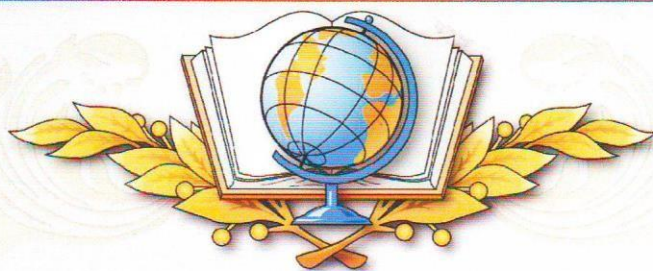
**Витаминка:** А мы с Айболитом приготовили для вас сюрприз – сок вкусный, в нем много витаминов!

**Простуда:** А мне пора прощаться, пойду тоже кушать фрукты, овощи, каждый день буду делать зарядку и заниматься физкультурой!

**Витаминка, Простуда:** До свидания, с вами было очень интересно!

Список используемой литературы:

1. Родительские собрания Метенова Н.М., Метенова Е.Е. 2 часть 2019г
2. Бабунова Т.М. Дошкольная педагогика. Учебное пособие. ТЦ. Сфера, 2007
3. Зверева О. Л. Современные формы взаимодействия ДОУ и семьи / О. Л. Зверева // Воспитатель ДОУ. – 2009. – № 4. – С. 74 – 83.
4. Крылов Н.И. Здоровье — сберегающее пространство ДОУ. Волгоград. Учитель, 2009.
5. Подольская Е.И. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 5–7 лет. Волгоград. Учитель, 2010 г.
6. Сильвестрова Е. В. Пути взаимодействия врача и педагогов ДОУ в системе оздоровительной работы / Е. В. Сильвестрова // Дошкольная педагогика. – 2007. – № 6. – С. 4 – 5.
7. Фомина А.И. Физкультурные занятия, игры и упражнения в детском саду / А.И. Фомина. – М.: Гардарики, 2007. – 183 с.
8. Интернет источник: <https://youtu.be/RKv4DcaCsZQ>



# СВИДЕТЕЛЬСТВО о публикации

№ 274111 от 22 октября 2021 года  
СМИ ЭЛ № ФС 77-75245, Роскомнадзор

Настоящим свидетельством подтверждается, что  
**Туртбаева Айжан Сансызбаевна**  
старший воспитатель, МАДОУ Д/С №18, г.Новороссийск

опубликовал(а) в образовательном СМИ  
«Педагогический альманах»  
собственный педагогический опыт на тему:  
**Проектная деятельность**

Постоянный адрес публикации:  
<https://www.pedalmanac.ru/274111>

Руководитель проекта  
"Педагогический альманах"  
Остапченко В.Г.



# СВИДЕТЕЛЬСТВО

подтверждает, что

Туртбаева Айжан Сансызбаевна  
МАДОУ дс18 МО г.Новороссийск

опубликовала в Международном сетевом издании "Солнечный свет" статью:

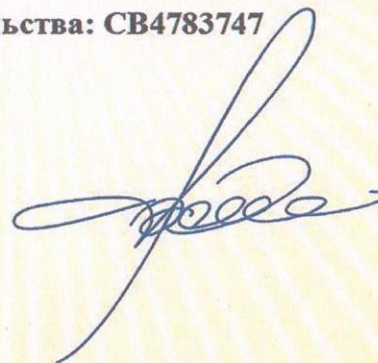
"Эффективные практики реализации содержания образовательных областей средствами умственного воспитания»

постоянная ссылка:

<http://solncesvet.ru/опубликованные-материалы/>

Номер свидетельства: СВ4783747

Главный редактор  
Международного сетевого издания  
"Солнечный свет"



Ирина Космынина

14 февраля 2023 г.

свидетельство о регистрации СМИ ЭЛ № ФС 77 — 65391

# СВИДЕТЕЛЬСТВО

ПОДТВЕРЖДАЕТ, ЧТО

Туртбаева Айжан Сансызбаевна

МАДОУ дс 18

опубликовала в Международном сетевом издании "Солнечный свет" статью:

Организация работы по приобщению старших дошкольников к здоровому образу жизни

постоянная ссылка:

<http://solncesvet.ru/опубликованные-материалы/>

Номер свидетельства: СВ4919491

Главный редактор  
Международного сетевого издания  
"Солнечный свет"



Ирина Космынина

17 марта 2023 г.

свидетельство о регистрации СМИ ЭЛ № ФС 77 — 65391



ФОНД 21 ВЕКА

[Фонд Образовательной и Научной Деятельности 21 века]  
ВСЕРОССИЙСКОЕ СЕТЕВОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И УЧАЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

**ДИПЛОМ**  
**ПОБЕДИТЕЛЯ**  
**I степени**

III ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС

**«ИКТ-КОМПЕТЕНТНОСТЬ ПЕДАГОГА  
В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАНИИ»**

награждается

Группа авторов: воспитатель, старший воспитатель,  
МАДОУ Д/С № 18, г. Новороссийск, Краснодарский край

**Налетова Надежда Владимировна,  
Туртбаева Айжан Сансызбаевна**

НАИМЕНОВАНИЕ РАБОТЫ:

“Чтобы енотика сласти - батарейку приноси”

Материал находится в открытом доступе по адресу:

<https://fond21veka.ru/publication/12/22/388103/>

Серия С №388103 27 декабря 2021г.

Председатель организационного комитета конкурса,  
Главный редактор СМИ-Издания «Фонд  
Образовательной и Научной Деятельности 21 века»

[www.fond21veka.ru](http://www.fond21veka.ru)

ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ КОНКУРСА:  
с 01.11.2021 г. по 28.02.2022 г.

М. Р. Полевиков





КАСПИЙСКИЙ  
ТРУБОПРОВОДНЫЙ  
КОНСОРЦИУМ



# ДИПЛОМ

**I степени**

награждается

**ТУРТБАЕВА**

**Айжан Сансызбаевна**

детский сад № 18

за участие в конкурсе-акции  
«Внимание, Черепаха»

в номинации

«Презентация проекта  
«Человек и черепаха»»

Председатель  
ООКК «Мир без границ»



В.А. Козырев

г. Новороссийск 2022

Министерство природных ресурсов и экологии Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное учреждение  
"Государственный природный заповедник "Утриш"



# ГРАМОТА

НАГРАЖДАЕТСЯ

*Шуртбаева Айжан Сансызбаевна,*

старший воспитатель МАДОУ детский сад № 18  
МО г. Новороссийск

*за I место в акции*

*«Поможем птицам перезимовать!»*

в номинации «Птичье угощение»

И.о. директора



О.А. Чихачев

*Анапа 2023*

Приказ № 37 от 28 марта 2023 г.



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Институт развития образования» Краснодарского края

**УДОСТОВЕРЕНИЕ  
О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ**

231200589309

Регистрационный номер № .....6658/20.....

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что \_\_\_\_\_

Туртбаева Айжан Сансызбаевна  
(фамилия, имя, отчество)  
с 02 июня 2020 г. по 15 июня 2020 г.

прошел(а) повышение квалификации в \_\_\_\_\_  
ГБОУ «Институт развития образования» Краснодарского края  
(наименование образовательного учреждения (подразделения) дополнительного профессионального образования)  
Навигация, консультирование родителей, воспитывающих детей,  
по теме: \_\_\_\_\_  
оказание им информационно-методической помощи  
(наименование проблемы, темы, программы дополнительного профессионального образования)

в объеме \_\_\_\_\_ 72 часа \_\_\_\_\_  
(количество часов)

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

Наименование	Объем	Оценка
Нормативно-правовая навигация обеспечения работы специалистов в условиях консультационного центра	8 часов	Зачтено
Психологические особенности детей раннего и дошкольного возраста с различными образовательными потребностями	8 часов	Зачтено
ИКТ в образовательном пространстве.	8 часов	Зачтено
Направления и содержание консультирования родителей дошкольников с разными образовательными потребностями	24 часа	Зачтено
Организация деятельности специалиста по навигации и консультированию родителей детей с различными образовательными потребностями	24 часа	Зачтено

Прошел(а) стажировку в (на) \_\_\_\_\_  
(наименование предмета, организации, учреждения)

Подготовила работа на тему: \_\_\_\_\_  
Директор \_\_\_\_\_ Т.А. Гайдук  
Секретарь \_\_\_\_\_ П.Р. Самоходкина

Город \_\_\_\_\_ Дата выдачи \_\_\_\_\_ 15 июня 2020 г.



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Институт развития образования» Краснодарского края

## УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

231200466344

Регистрационный номер № 1816/20

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что  
**Туртбаева Айжан Сансызбаевна**

12 февраля 2020 (фамилия, имя, отчество) 22 февраля 2020  
с «.....» ..... г. по «.....» ..... г.

прошел(а) повышение квалификации в .....

**ГБОУ «Институт развития образования» Краснодарского края**  
(наименование образовательного учреждения (подразделения) дополнительного профессионального образования)

по теме: **«Оценка качества дошкольного образования:  
стратегия и инструменты»**  
(наименование проблемы, темы, программы дополнительного профессионального образования)

в объеме ..... **72 часа** .....  
(количество часов)

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам  
программы:

Наименование	Объем	Оценка
Основы законодательства РФ в области качества дошкольного образования	8 часов	Зачтено
Педагогика и психология	8 часов	Зачтено
Цифровые ресурсы и технологии как условие повышения качества современного образования	8 часов	Зачтено
Вариативные модели управления процессами организации и проведения оценки качества ДО на уровне ДОО	24 часа	Зачтено
Инструментарий оценки качества ДО: анализ содержания и особенности применения	24 часа	Зачтено

Прошел(а) стажировку в (на) .....

(наименование предмета,

организации, учреждения)

Итоговая работа на тему: .....

.....

.....

Город **Краснодар** Дата выдачи **22 февраля 2020 г.**



Секретарь

Дата выдачи

22 февраля 2020 г.

КОПИЯ ВЕРНА

Зав. МЛДОУ № 18



И.А. Никитина

Л.В. Головач

22 февраля 2020 г.

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Институт развития образования» Краснодарского края  
(ГБОУ ИРО Краснодарского края)

# УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

231201003515

Регистрационный номер № ..... 15332/21 .....

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что  
**Туртбаева Айжан Сансызбаевна**

(фамилия, имя, отчество)

с «... 19 ...» ноября 2021 г. по «... 30 ...» ноября 2021 г.

прошел(а) повышение квалификации в .....

**ГБОУ ИРО Краснодарского края**

(наименование образовательного учреждения (подразделения) дополнительного профессионального образования)

по теме: «Деятельность специалистов ШВР (заместителей директоров

(наименование проблемы, темы, программы дополнительного профессионального образования)

по ВР, классных руководителей, социальных педагогов, педагогов-психологов, старших вожатых, педагогов-организаторов) в системе

воспитания и развития личности обучающихся»

в объеме ..... 72 часов .....  
(количество часов)

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

Наименование	Объем	Оценка
Основы законодательства РФ в области образования	8 часов	Зачтено
Педагогика и психология	8 часов	Зачтено
Формирование цифровой образовательной среды ОО в условиях реализации ФГОС	8 часов	Зачтено
Нормативные документы, регламентирующие деятельность ШВР	12 часов	Зачтено
Навигатор профилактики девиантного поведения обучающихся	36 часов	Зачтено

Прошел(а) стажировку в (на) .....

(наименование предмета,

организации, учреждения)

Итоговая работа на тему: .....



Ректор .....

Т.А. Гайдук

Секретарь .....

О.А. Дульник

Город ..... Краснодар.

Дата выдачи ..... 30 ноября 2021 г.

КОПИЯ ВЕРНА  
Сев. МАДОУ № 19

ДОКУМЕНТОВ

ИН 2315791000 \* ЭИИ  
01 148 31500570 \* ЮС