Перспективное планирование непосредственно образовательной деятельности в образовательной области «Физическое развитие (Здоровье)»

Старший дошкольный возраст

(подготовительная к школе группа)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| месяц | тема | Программные задачи | Практическая деятельность |
| сентябрь | 1. Страна волшебная здоровья
2. С утра до вечера (режим дня)
 | * приобщение детей к ценностям ЗОЖ
* формирование представлений о влиянии на работу образа жизни человека.
* Вызывать интерес к дальнейшему познанию
* Воспитывать желание заботиться о своем здоровье
* Воспитывать привычку ЗОЖ.
* Показать детям важность соблюдения режима дня в укреплении здоровья человека
 | Дидактическая игра «Умею-не умею»«Оденься по погоде»«Съедобное –несъедобное»Рисование «Мое здоровье»Дидактическая игра «Разложи по порядку» |
| октябрь |  Что ты знаешь о себеГены (родственные связи)(2занятия) | * Уточнить представления детей о строении тела человека, о функциях внешних и внутренних органов (руки, ноги, глаза, уши, сердце, легкие и пр.), о значении скелета (является опорой тела, защищает многие внутренние органы от повреждений)
* Развивать у детей интерес к организму человека, желание узнать новое о работе отдельных органов.
* Познакомить детей с элементарными функциями генов человека, их влияние на наследственность
* Выражать свой интерес, в четко построенном, предложении.
* Воспитывать бережное  отношение к своему организму.
 |  Дидактическая игра«Что есть у человека» Рисование «Человек» |
| ноябрь | Кто управляет организмом человека? Сны и сновидения. От чего зависит настроение?(2 занятия) | * Закрепить представление детей о мозге человека, его строении, функциях, с его помощниками, принципами их работы.
* Воспитывать у детей бережное отношение к главному органу.
* Уточнить представления детей о необходимости полноценного отдыха для всего организма (сна)
* Воспитывать умение контролировать эмоциональные реакции организма, регулировать свое настроение
 | Дидактическая игра «Угадай на слух» «Угадай по запаху»Решение интеллектуальных задачПрактические упражнения и простейшие экспериментированиеРисование «Придуманные сны»«Мое настроение»Дидактическая игра«Настроение» |
| декабрь | 1. Легкие
2. Вредные привычки
 | * Уточнить знания детей об органах дыхания, их строении и функциях
* Формировать навыки правильного дыхания.
* Учить детей прислушиваться к себе, уметь определять свои ощущения и их причины, развивать навыки наблюдения.
* Закрепить представления о "чистом" и "грязном" воздухе; поддерживать желание заниматься зимними видами спорта.
* .Дать представление о негативных последствиях вредных привычек для физического здоровья человека и его благополучия
* Научить правилам поведения, позволяющим преодолевать давление со стороны окружающих. Формировать твердые волевые установки.
 |  Моделирование, элементарное экспериментирование, наблюдениеПрактические упражненияДыхательная гимнастикаРисование «Чистый воздух»Дидактическая игра«Хорошо-плохо» |
| январь | Органы кровообращение. Сердце(2 занятия) | * Дать элементарные знания о строении системы кровообращения человека , ее функциях
* Закрепить представление о работе сердца, его положение, строение.
* Уточнить значение сердца в жизни человека и для слаженной работы всего  организма вообще.
* Уточнить представления о людях с крепким и "живым" сердцем; вызвать желание быть похожими на людей с "живым", отзывчивым сердцем
* Способствовать формированию устойчивого понимания необходимости тренировки сердца, познакомить со способами его тренировки
 | Практические упражнения и простейшие экспериментирование, моделированиеЧтение художественной   литературы Г.Х.Андерсен"Снежная королева".Рисование на тему "Моё сердце!". |
| февраль |  Главная одежда человека – кожа(2 занятия) | * Уточнить представления детей о строении и функции кожи человека
* Воспитывать бережное отношение к своей коже, желание быть чистоплотным.
* Подвести детей к пониманию прямой зависимости чистоты, здоровья и красоты
* Закрепить правила ухода за кожей.
* Познакомить с факторами, влияющими на здоровье кожи
* Познакомить с болезнями кожи, способами оказания первой помощи при повреждениях кожи
 | Моделирование, практические упражнения и простейшие экспериментирование |
| март | Превращение пищи внутри нас(2 занятия) | * Познакомить детей с системой пищеварения, его основными отделами; функциями
* Закрепить правила употребления пищи, значение правильного, сбалансированного питания для здоровья человека
* Уточнить знания детей о витаминах
* Установить   связь   между   сердечно-сосудистой   системой и  пищеварением.
* Уточнить знания детей о правилах и технике чистки зубов, их значения для правильного пищеварения
* Познакомить с факторами, влияющими на органы пищеварения и общее здоровье человека.
* Закрепить знания о культуре еды
 | Дидактическая игра «Вкусное и полезное»Моделирование, практические упражнения и простейшие экспериментированиеРисование «Витаминка» |
| апрель | Помоги себе и ближнему(2 занятия)  | * Познакомить детей с различными вилами болезней, их классификацией.
* Познакомить с причинами отдельных заболеваний.
* Дать понятие профилактики болезней
* Познакомить детей с элементарными правилами ухода за больными людьми
* Уточнить знания детей о правилах личной гигиены, правилах оказания первой помощи
* Формировать умение оказывать элементарную помощь себе и другим в различных ситуациях.
* Развивать охранительное самосознание, предвидеть возможные последствия своих поступков
 | Моделирование, практические упражнения и простейшие экспериментирование  |
| май | 1. Красота тела и души
2. Будем стройными и красивыми

  | * Научить детей эстетическому восприятию человеческого тела
* .раскрыть важность одного из аспектов здоровья – духовной красоты
* Воспитывать желание быть нравственно и физически красивым
* Формировать элементарные представления о своей осанке.
* Вызывать у детей желание совершенствовать свое физическое развитие
* Поддерживать интерес к занятиям физическими упражнениями, спортом.
 | Рисование «Красивый Человек»Дидактическая игра «Собери по частям»Подвижные игрыКорригирующая гимнастика по профилактике нарушения осанки и плоскостопия  |