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 себе  Гены (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 задач  Практические упражнения и простейшие экспериментирование  Рисование  «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, наблюдение  Практические упражнения  Дыхательная гимнастика  Рисование  «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, моделирование  Чтение 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 экспериментирование  Рисование  «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 игры  Корригирующая гимнастика по профилактике нарушения осанки и плоскостопия |