**План работы по здоровьесбережению во второй младшей группе**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Образовательная деятельность | Совместная деятельность взрослого и ребенка | Работа с родителями |
| **Сентябрь** |  «Кто заботится о детях в детском саду».Цели: уточнить знания о работе сотрудников детского сада, закрепить названия профессий: воспитатель, помощник воспитателя, медсе­стра, повар, инструктор по физкультуре; дать понятие о том, что все взрослые в детском саду заботятся, чтобы детям было весело и интересно, чтобы они были здоровыми.  | Беседа: «Как можно играть в игрушки», «Безопасность в группе». Рассмотреть с детьми различные ситуации, обсудить, какие места в группе и предметы могут стать опасными при условии нарушения дисциплины. Формировать у детей основы культуры безопасности.Экскурсия в прачечную детского сада. Познакомить с работой мастера по стирке белья; уточнить знания о том, что в прачечной стирают, гладят полотенца и постельное белье; воспитывать уважение к труду взрослых, работающих в прачечной.Д/и «Что где лежит». Закрепить знание о необходимости поддерживать порядок в группе; уточнить знания о расположении предметов в группе; закрепить представление о том, что содержание вещей в порядке помогает сохранить здоровье.Д/и «У нас порядок». Формировать знания о том, что для удобства и безопасности все предметы нужно убирать на место; закреплять представление о правилах безопасного поведения быту; воспитывать желание соблюдать чистоту и порядок в доме.Д/и «Кто помогает соблюдать чистоту и порядок». Закрепить знания о труде дворника, помощника воспитателя, мастера по стирке белья, парикмахера и предметах для их труда; закреплять знания о правилах гигиены.Д/и «Угостим куклу чаем» Закрепить названия чайной посуды, порядок сервировки стола для чаепития; дать представление о правилах безопасного поведения за столом.Д/и «Уложим куклу спать». Закрепить названия постельного белья и принадлежностей; уточнить последовательность раздевания и развешивания одежды;закрепить представление о том, что сон полезен для здоровья.  | Семинар на тему «Что можно использовать в межсезонье, чтобы не болеть».  |
| **Октябрь** | «Кукла Таня простудилась».Формировать навык пользования носовым платком. Приучать детей при чихании и кашле рот прикрывать носовым платком. Если кто–нибудь находится рядом, отвернуться. Закреплять знание о том, что при кашле и чихании необходимо прикрывать рот; упражнять в пользовании носовым платком.  | Беседа: «Твой носовой платок». Продолжать учить детей основным приемам ухода за больным человеком; формировать чуткое и внимательное отношение к заболевшему; научить правильно пользоваться носовым платком, знать его назначение.Беседа «Наше здоровье осенью». Формировать у детей осознанное отношение к здоровью, стремление бережно относиться к нему в холодный период года, учить заботиться о нем. Познакомить детей с базовыми правилами здоровьесбережения.Д/и «Уложим куклу спать».Цели: закрепить названия постельного белья и принадлежностей; уточнить последовательность раздевания и развешивания одежды; закрепить представление о том, что сон полезен для здоровья.Д/и «Покажем мишке, как надо одеваться, чтобы не простудиться».Цели: закрепить названия зимней одежды и порядок одевания; формировать представление о необходимости заботиться своем здоровье.Игры – этюды на произведения:Потешка «Уж я косу заплету».Потешка «Где мой пальчик?»«Мне уже четыре года» (фольклор)Потешка «Завяжу потуже шарф».В.Бардадым «Вот как Галю одевали».Г. Лагздынь «Одевали малыша».С.Капутикян «Пожалейте нас!»Э.Успенский «Мальчик стричься не желает».Э.Мошковская «Митя и рубашка».Е.Благина «Как у нашей Ирки».  | Папка-передвижка «Система оздоравливания малышей». |
| **Ноябрь** | Тема: «Умывание каждый день».Закреплять навыки детей в умывании, в знании предметов туалета и их назначении. Развивать наблюдательность, любознательность, познавать свойства воды. Воспитывать у детей культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть красивым, чистым, аккуратным, уважительно относиться к своему телу.  | Д/и «Купание куклы». Закрепить знание туалетных принадлежностей и порядка мытья; уточнить знания о необходимости поддерживать чистоту тела; способствовать формированию привычки к опрятности.Д/и «Что хорошо, что плохо». Закреплять культурно- гигиенические навыки, навыки культуры поведения за столом.Д/и «Чистота и здоровье». Закреплять представления о необходимости соблюдать правила гигиены.Игра-тренинг «На день рождения к кукле Кате». Формировать навыки безопасного поведения за столом.Д/и «Сделаем куклам разные прически». Закреплять навыки ухода за волосами; уточнить названия необходимых для этого предметов; формировать понятие «опрятный внешний вид».Д/и «Правила гигиены». Закреплять культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, чистка зубов, причесывание, купание), учить показывать эти движения при помощи мимики и жеста и отгадывать по показу.Практическое упражнение «Послушные ладошки». Формировать у детей культурно-гигиенические навыки, осознанное отношение к своему здоровью, внешнему виду. Формировать привычку мыть руки после туалета, акцентировать внимание на такой характеристике действий как аккуратность.Беседа «Чистота и здоровье». Развивать у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур.Дидактическая игра «Мы моем свои расчески».Рассматривание детских фотографий.Чтение стихотворения А.Барто «Девочка чумазая», потешки «Водичка, водичка, умой мое личико». | Семинар на тему «Здоровье ребенка в ваших руках». |
| **Декабрь** | «Как устроено тело».Ознакомить детей с тем, как устроено тело человека. Учить детей понимать значение отдельных частей своего тела: руки, ноги, голова, туловище. Объяснить детям, что с детства нужно заботиться о своем здоровье, знать свое тело, научить заботиться о нем. | Д/и «Как мы узнаем предмет». Закреплять знание о роли органов чувств.Д/и «Кто что умеет делать», «Что делает девочка», «Зеркало». Закрепить знания о частях тела и их роли для человека; формировать внимание, умение быстро и правильно отвечать на вопросы.Д/и «Запомни движение». Совершенствовать представление о роли разных частей тела и необходимости упражнять их.Д/и «Сделаем куклам красивые прически». Закреплять навыки ухода за волосами; уточнить названия необходимых для этого предметов; формировать понятие «опрятный внешний вид».Д/и «Собери Машеньку», «Что есть у куклы?». Учить называть часть тела; формировать представление о том, для чего служит каждая часть тела.Д/и «Умею – не умею». Акцентировать внимание на своих умениях и физических возможностях своего организма.Д/и «Ребенок – кукла». Учить находить общие и отличительные признаки у ребенка и у куклы.Д/и «Посылка от обезъянки». Продолжать формировать представление о своем организме; закрепить знания о том, что предметы можно узнать по внешнему виду. Запаху, вкусу, на ощупь; упражнять в определении фруктов по вкусу и запаху.П/и «Жмурки». Упражнять детей в беге с увертыванием; закреплять умение двигаться с закрытыми глазами; формировать представление о роли зрения для человека.СРИ «Салон красоты». Способствовать совершенствованию умения детей объединяться в игре, распределять роли, выполнять игровые роли. Закреплять навыки ухода за волосами.Упражнение «Покажи свой нос, глаза т.д.».Научить называть органы чувств в игровой и стихотворной форме: использование потешек:«Ножки, ножки», «Большие ноги шли по до­роге».  | Выставка нетрадиционного оборудования. |
| **Январь** | Если ты заболел».Учить детей проявлять заботливое отношение к своему другу Карлсону. Дать детям представление о диагностике, умении определить больные места, сознательно прислушиваться к своему организму, оказывать элементарную первую медицинскую помощь. Проявлять инициативу каждому ребенку.    | Экскурсия в медицинский кабинет.Ситуация «Кукла Таня простудилась».СРИ «Как мы лечим куклу Таню», «Больница».Д/и «Оденем куклу на прогулку».Цели: закрепить названия зимней одежды; уточнить порядок одевания.Рассматривание картинки «Катаемся на санках».Цели: учить видеть и называть предметы и действия на картинке, находить причинно-следственные связи;подводить к пониманию пользы для здоровья прогулок и физических упражнений.Д/и «Если кто-то заболел».Цели: закреплять знания о профессиях врача и медсестры; закрепить знание о том, что при серьезной травме необходимо вызвать врача скорой помощи, позвонив по номеру «03»; упражнять в вызове врача и умении формулировать вызов. | Семинар на тему: «Какими растениями пользовались в старину при леченииангины, насморка, кашля, простудных заболеваний». |
| **Февраль** | «Экскурсия в кабинет врача».Познакомить детей с профессиями врача и медицинской сестры. Воспитывать уважительное отношение к сотрудникам детского сада. Развивать у детей наблюдательность. Учить детей полно отвечать на вопросы, находить как можно больше слов. | Игровая ситуация «Айболит в гостях у детей».Беседа «Мы были у врача».Д/и «Расскажем мишке и кукле, как нам измеряли рост». Закрепить знания о частях тела человека; формировать адекватное отношение к посещению медицинского кабинета; закреплять навыки рассказывания.Д/и «Кому что нужно». Закрепить знания детей о предметах, необходимых для работы врачу, повару, продавцу.Просмотр мультфильма «Быть здоровым здорово», серия «Смешарики». Формировать представления о составляющих здорового образа жизни, о значении физических упражнений, важности для здоровья сна.Инсценировка пьесы С.Преображенского «Мишка болен».С/Ри «Аптека», «Больница». | Консультацияна тему «Организация сна». |
| **Март** | «Таблетки растут на ветке».Познакомить детей с понятием витамины. Закрепить знания об овощах и фруктах, об их значении в питании. Воспитывать у детей культуру еды, чувство меры. Развивать логическое мышление, внимание. | Беседы на тему «Что растет на грядке», «Во саду ли, в огороде». Уточнить знания детей о полезных продуктах, их значении для здоровья и хорошего настроения.Д/и «Узнай и назови овощи». Закрепить знание названий овощей, учить узнавать их по описанию воспитателя; продолжать формировать представление о пользе овощей для здоровья.Д/и «Угадай на вкус». Закреплять знания об овощах и фруктах, умение определять их по вкусу; закрепить представление о пользе фруктов для здоровья.Д/и «Разложи на тарелках полезные продукты». Закрепить обобщающие понятия «овощи», фрукты, упражнять в умении их дифференцировать.П/и «Огуречик». Учить согласовывать движения рук и ног при ходьбе и беге, действовать в соответствии с текстом. Развивать быстроту реакции, совершенствовать функциональные возможности организма.Составление рассказов об овощах и фруктахУчить описывать предмет; упражнять в классификации понятий «фрукты — овощи»; закреплять знания об овощах и фруктах и их пользе для здоровья.  | Консультацияна тему «Выходной вместе с ребенкомвсей семьей».Напитки «защиты» - соки. |
| **Апрель** | «Как мы лечим жирафика».Воспитывать у детей бережное отношение к игрушкам, желание оказать больной игрушке посильную помощь. Развивать эмоциональную отзывчивость, испытывать разную гамму чувств от сочувствия другому до восторга своей причастности к доброму делу. | Игра-путешествие «Путешествие в страну Игрушки».Игры – этюды на произведения: «Я сама»М.Александрова «Что взяла – клади на место!»А.Барто «Лошадка».Е. Благина «Приходите – поглядите».Н.Глазкова «Мальчик Петя».Чтение сказки К.Чуковского «Айболит».Ситуация «Уронили Мишку на пол, оторвали Мишке лапу».  | Консультация на тему «Малыш и егоигрушки». |
| **Май** | «Здоровая пища».Помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания, еда должна быть не только вкусной, но и полезной. | Беседа «Чтобы быть здоровым, надо хорошо кушать».Уточнить знания детей о полезных продуктах, их значении для здоровья и хорошего настроения.Беседа «Здоровые зубы». Учить детей осознанно относиться к своему здоровью, понимать необходимость заботы о зубах, помочь понять и запомнить важнейшие правила, соблюдение которых помогает сохранить здоровье зубов (не есть много сладкого; есть много овощей и фруктов; чистить зубы два раза в день).Д/и «Разложи на тарелках полезные продукты». Закрепить обобщающие понятия «овощи», фрукты, упражнять в умении их дифференцировать.Творческая работа «Красиво, вкусно, полезно». Предложить детям при помощи специальных формочек нарезать фрукты, красиво разместить их на десертных тарелках. Рассказать о пользе фруктов, формировать элементарные представления о здоровом питании.П/и «Огуречик, огуречик».Игры – этюды на произведения:Г.Лазгдынь «Куклу кормили?».О.Дриз «Ну и каша!»Э.Мошковская «Маша и каша».С.Капутикян «Кто скорее допьет?»Г.Лагздынь «Просто объеденье!»И.Токмакова «Ай да суп!»Ситуация «Будем заваривать чай».СРИ «В гостях у матрешки», «Магазин».  | Круглый стол«Как провести лето с ребенком». |