

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
города Новосибирска  
«Детский сад № 158 «Медвежонок»

**ПРИНЯТО**  
на заседании  
педагогического совета  
от 31.08.2023 № 1



## Парциальная программа

## Здоровье – это здорово!

**Игровые «уроки здоровья»  
для детей старшего дошкольного возраста**

Авторы :  
педагоги МКДОУ д/с № 158  
Соколова Неля Георгиевна,  
Язубчик Галина Александровна

Новосибирск, 2023

## Содержание

Введение	2
<b><i>1. Целевой раздел Программы</i></b>	
1. Пояснительная записка	3
1.1. Цели и задачи реализации Программы	3
1.2. Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики Характеристики особенностей развития детей 5-7 лет	5
2. Планируемые результаты освоения Программы	6
<b><i>2. Содержательный раздел Программы</i></b>	
2.1. Содержание образовательной деятельности	7
2.2. Формы, способы, методы и средства деятельности разных видов и культурных практик с учетом возрастных особенностей	7
2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы	9
2.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	9
2.4. Использование современных образовательных технологий	9
<b><i>3. Организационный раздел Программы</i></b>	
3.1. Материально-техническое обеспечение Программы	11
3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	11
3.3. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	12
3.4. Режим организации образовательной деятельности	13
3.5. Календарный план	13
Приложения	
Перспективный план игровых занятий «Уроки здоровья». Загадки и стихотворные тексты, конспекты отдельных итоговых занятий	14

## Введение

В настоящее время отмечается увеличение количества детей с различными отклонениями в состоянии здоровья, отставанием в физическом развитии и снижением сопротивляемости организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды. Современные дошкольники имеют функциональные отклонения, ведущими среди которых являются нарушения опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, органов пищеварения, зрительные патологии, аллергические проявления. По данным статистики удельный вес часто болеющих детей дошкольного возраста колеблется в пределах 25-35%, то есть часто болеющим является каждый 2-4 ребенок. Только 10% детей поступают в школу абсолютно здоровыми.

Важно отметить, что часто болеющие дети испытывают определенные трудности в усвоении программного материала, с более значительными психофизическими затратами справляются с предъявляемыми к ним требованиями. Еще Сократ говорил о том, что «Здоровье – не всё, но всё без здоровья – ничто!».

В связи с этим для ДОУ по-прежнему актуальной остается задача сохранения и укрепления здоровья детей, воспитания стремления к здоровому образу жизни, сотрудничества в области здоровьесбережения с семьями воспитанников и социумом. Актуально сегодня звучит и высказывание известного отечественного педагога Василия Александровича Сухомлинского: «Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

В статье 41 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» указывается, что «Охрана здоровья обучающихся включает в себя ... пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни; организацию создания условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятий ими физической культурой и спортом».

Во ФГОС ДО среди задач стандарта на первом месте стоит задача охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Достичь полноценного развития ребенка можно только при тесной взаимосвязи его физического (телесного) и психического (духовного) развития. Невозможно обеспечить психическое и физическое здоровье ребенка, его эмоциональное благополучие, если не учитывать в воспитании их тесную взаимосвязь и взаимозависимость. Оздоровительную направленность имеет вся организация жизнедеятельности ребенка.

Выдающийся польский педагог, писатель, врач и общественный деятель Януш Корчак писал: «Взрослым кажется, что дети не заботятся о своем здоровье: если за ними не смотреть, они повывадали бы все из окон, поутонули бы, попали бы под машины, повывбили бы себе глаза, поломали бы ноги и позаболевали бы воспалением мозга и воспалением легких – и уж сам не знаю, какими еще болезнями. Нет. Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого нужно делать. Объясни им, и они будут беречься».

Игровые «уроки здоровья» – обобщение многолетнего опыта работы воспитателей детского сада № 158 города Новосибирска с детьми старшего дошкольного возраста по здоровьесбережению и ОБЖ.

## *Целевой раздел Программы*

## 1. Пояснительная записка

Программа «Здоровье – это здорово!» (далее – Программа) разработана педагогами МКДОУ д/с № 158 и является составляющей части основной образовательной программы дошкольного образования, формируемой участниками образовательных отношений. Программа направлена на формирование у детей элементарных представлений об организме человека, его функциях и возможностях, безопасности собственной жизнедеятельности, создание положительной мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья.

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановлением Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 28 сентября 2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Примерной основной образовательной программой дошкольного образования;
- Уставом муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения города Новосибирска «Детский сад № 158 комбинированного вида».

Нормативный срок освоения Программы – 2 года.

### 1.1. Цель и задачи реализации Программы

**Целью** Программы является формирование у детей дошкольного возраста, в том числе детей с ОВЗ элементарных представлений об организме человека, его функциях и возможностях, безопасности собственной жизнедеятельности, создание положительной мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья.

**Задачи:**

- расширять и обобщать представления детей об организме человека, личной гигиене, рациональном режиме дня и здоровом питании;
- формировать основы культуры здоровья, создавать положительную мотивацию к здоровому образу жизни;
- воспитывать культурно-гигиенические навыки, культуру поведения и общения;
- формировать интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой и спортом;
- приобщать к правилам безопасного поведения в быту, на улице и в природе.

### 1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

Содержание Программы соответствует положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и выстроено в соответствии с основными принципами дошкольного образования, определенными ФГОС ДО:

- *полноценное проживание ребенком всех этапов детства* (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- *построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка*, при котором сам ребенок, активный в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (индивидуализация дошкольного образования);
- *содействие и сотрудничество детей и взрослых*, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- *поддержка инициативы детей* в различных видах деятельности;
- *сотрудничество ДОО с семьей*;
- *приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства*;
- *формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка* в различных видах деятельности;
- *возрастная адекватность дошкольного образования* (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- *учет этнокультурной ситуации развития детей*.

**В основе Программы также лежат следующие принципы:**

- *личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия* взрослых и детей. Такой тип взаимодействия предполагает базовую ценностную ориентацию на достоинство каждого участника взаимодействия, уважение и безусловное принятие личности ребенка, доброжелательность, внимание к ребенку, его состоянию, настроению, потребностям, интересам;
- *возрастная адекватность образования*. Этот принцип предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями детей;
- *принцип сознательности и активности*. Успешное формирование навыков, развитие способностей напрямую зависит от сознательного отношения детей к образовательному процессу и заинтересованности;
- *принцип позитивности*. Создание поддерживающей, доброжелательной атмосферы, помощи, сотрудничества, сотворчества;
- *сетевое взаимодействие с организациями и учреждениями образования, культуры, спорта и другими партнерами*, которые могут внести вклад в физическое развитие детей, а также использование ресурсов местного сообщества и вариативных программ дополнительного образования детей для обогащения детского развития.

**Основными методологическими подходами к формированию Программы являются:**

- *личностно-ориентированный подход*, определяющий отношение педагога к ребенку как к личности, субъекту саморазвития и взаимодействия;
- *возрастной подход*, учитывающий, что психическое развитие на каждом возрастном этапе подчиняется определенным возрастным закономерностям, а также имеет свою специфику, отличную от другого возраста;

- *деятельностный подход*, подразумевающий, что развитие психики осуществляется в деятельности. Дети активно участвуют в образовательном процессе, являются не только созерцателями прекрасного, но и создателями и творцами;
- *компетентностный подход*, определяющий, что результатом образовательной деятельности становится формирование компетентностей воспитанников как способности самостоятельно действовать при решении определенных задач.

### **1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики**

#### **Характеристики особенностей развития детей 5-7 лет**

##### **Возрастные особенности детей 5-6 лет**

Более совершенной становится крупная моторика. Ребенок этого возраста способен к освоению сложных движений: может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть небольшое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд.

Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Посредством целенаправленной и систематической двигательной активности укрепляются мышцы и связки. Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребенком небольших по величине усилий на протяжении достаточно длительного времени).

Повышаются возможности безопасности жизнедеятельности. Это связано с ростом осознанности и произвольности поведения, преодолением эгоцентрической позиции (ребенок становится способным встать на позицию другого). Развивается прогностическая функция мышления, что позволяет ребенку видеть перспективу событий, предвидеть (предвосхищать) близкие и отдаленные последствия действий и поступков собственных и других людей.

##### **Возрастные особенности детей 6-7 лет**

В целом ребенок 6-7 лет осознает себя как личность, как самостоятельный субъект деятельности и поведения.

Ребенок уверенно владеет культурой самообслуживания: может самостоятельно обслужить себя, обладает полезными привычками, элементарными навыками личной гигиены; определяет состояние своего здоровья (здоров он или болен), а также состояние здоровья окружающих; может назвать и показать, что именно у него болит, какая часть тела, какой орган; владеет культурой приема пищи; одевается в соответствие с погодой, не переохлаждаясь и не утепляясь чрезмерно. Старший дошкольник уже может объяснить

ребенку или взрослому, что нужно сделать в случае травмы (алгоритм действий) и готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть глаза, промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью) в подобных ситуациях.

К концу дошкольного возраста у них формируются обобщенные эмоциональные представления, что позволяет им предвосхищать последствия своих действий. Это существенно влияет на эффективность произвольной регуляции поведения – ребенок не только может отказаться от нежелательных действий или вести себя «хорошо».

Продолжается дальнейшее развитие моторики ребенка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребенок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками. В этом возрасте дети овладевают прыжками на одной и двух ногах, способны прыгать в высоту и в длину с места и с разбега при скоординированности движений рук и ног (зрительно-моторная координация девочек более совершенна). Могут выполнять разнообразные сложные упражнения на равновесие на месте и в движении, способны четко метать различные предметы в цель. В силу накопленного двигательного опыта и достаточно развитых физических качеств дошкольник этого возраста часто переоценивает свои возможности, совершает необдуманные физические действия.

## **2. Планируемые результаты освоения Программы**

В результате освоения Программы на этапе завершения дошкольного образования

- у детей имеются необходимые представления об организме человека, личной гигиене, рациональном режиме дня и здоровом питании;
- у детей сформированы основы культуры здоровья, имеется положительная мотивация к здоровому образу жизни;
- воспитаны культурно-гигиенические навыки, культура поведения и общения;
- у детей сформированы интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой и спортом;
- дети знают и соблюдают элементарные правила безопасного поведения в быту, на улице и в природе.

# ***Содержательный раздел Программы***

## **2.1. Содержание образовательной деятельности**

Содержание образовательной деятельности в Программе разработано для 2-х возрастных групп (старшей и подготовительной к школе), реализуется в определенной последовательности.

Игровые «уроки здоровья» - это 36 специальных игровых занятий, объединенных в 6 тематических блоков:

- «Мой организм»,
- «Чистота – залог здоровья».
- «Приятного аппетита»,
- «Занимайся физкультурой!»,
- «Будь веселым, не грусти!»,
- «Будь осторожен!».

В ходе занятий I блока «Мой организм» дети получают элементарные представления о строении и функциях некоторых систем и органов человеческого организма. Кроме того, на данных уроках рассматривается влияние на работу этих органов различных форм поведения.

На занятиях II блока «Чистота – залог здоровья» основное внимание уделяется формированию практических умений и навыков соблюдения правил личной гигиены.

В ходе занятий III блока «Приятного аппетита» дети узнают о том, как нужно правильно питаться, какое положительное влияние на организм человека оказывает употребление овощей и фруктов, а также витаминов.

На занятиях IV блока «Занимайся физкультурой!» дети совместно с воспитателем выявляют значимость занятий физкультурой и спортом, пользу подвижных игр.

Основная цель занятий V блока «Будь веселым, не грусти!» – повышение психоэмоциональной устойчивости детей, формирование представлений о настроении, эмоциях и чувствах, их влиянии на здоровье человека.

В ходе занятий VI блока «Будь осторожен!» дети расширят свои представления о правилах безопасного поведения на улице, во дворе, на природе, в случае, если потерялся, а также о том, как избежать неприятностей дома.

36-ой «урок» – итоговый, в форме КВН «Будем здоровы!».

Содержание образовательной деятельности Программы представлено в перспективных планах (приложение).

## **2.2. Формы, способы, методы и средства, деятельность разных видов и культурных практик с учетом возрастных особенностей детей**

В структуру «Уроков здоровья» входят игры и игровые упражнения, беседы, рассматривание наглядного материала, опыты, эксперименты, художественное слово, решение проблемных ситуаций. Кроме того, в содержание занятий включаются продуктивная деятельность (лепка, рисование, рисование, конструирование, создание



книжек-малышек), выполнение физических упражнений, просмотр электронных презентаций, отрывков из мультфильмов и др. Задания детям предлагаются в игровой, занимательной форме, где воспитанники являются активными субъектами образовательных отношений. Все это способствует созданию положительной мотивации к здоровому образу жизни, формированию привычки, а затем и потребности в сохранении и укреплении собственного здоровья.

В процессе реализации Программы используются различные методы и приемы:

- словесные (беседы, чтение, напоминание, объяснение и др.);
- наглядные (рассматривание иллюстративного материала, моделей, муляжей, просмотр мультфильмов, презентаций и др.);
- практические (экспериментирование, тренинги, физические упражнения, игры разной подвижности, психогимнастические этюды и др.).

Выделяются также следующие группы методов реализации Программы:

<i>Группы методов</i>	<i>Основные методы</i>
Методы мотивации и стимулирования развития у детей первичных представлений и приобретения детьми опыта поведения и деятельности	<ul style="list-style-type: none"> <li>• поощрение: одобрение, похвала, эмоциональная поддержка, проявление особого доверия, восхищения, повышенного внимания и заботы</li> <li>• наказание: замечание, предупреждение, порицание, индивидуальный разговор;</li> <li>• образовательная ситуация;</li> <li>• игры;</li> <li>• соревнования</li> </ul>
Методы создания условий или организации развития у детей первичных представлений и приобретения детьми опыта поведения и деятельности	<ul style="list-style-type: none"> <li>• приучение к положительным формам общественного поведения;</li> <li>• упражнения;</li> <li>• образовательные ситуации (общих дел, взаимопомощи, взаимодействия с младшими по возрасту детьми, проявления уважения к старшим)</li> </ul>
Методы, способствующие осознанию детьми первичных представлений и опыта поведения и деятельности	<ul style="list-style-type: none"> <li>• рассказ взрослого;</li> <li>• пояснение и разъяснение;</li> <li>• беседа;</li> <li>• чтение художественной литературы и обсуждение;</li> <li>• рассматривание иллюстраций и обсуждение;</li> <li>• наблюдение</li> </ul>

### ***2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы***

Для поддержки детской инициативы необходимы:

- предоставление детям права выбора вида деятельности, игрушек, материалов, инструментов;
- обогащение развивающей предметно-пространственной среды группы;
- организация речевого общения детей, обеспечивающая самостоятельное использование различных слов и предложений;
- организация обучения детей в микрогруппах, провоцирующая активное общение сверстников;
- использование приемов поощрения: одобрения, похвалы, награждения, эмоциональной поддержки, проявления особого доверия, восхищения, повышенного внимания;
- использование недирективной помощи детям: подведение к правильному ответу или решению через наводящие вопросы открытого типа (Как ты думаешь? Как ты считаешь?);
- организация совместной с родителями проектной деятельности;
- создание разнообразных ситуаций, побуждающих детей к применению имеющихся знаний, умений, способов деятельности в личном опыте.

### ***2.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников ДОУ***

*Взаимодействие с родителями* в рамках реализации Программы предусматривает:

- беседы, консультации по вопросам ЗОЖ и ОБЖ;
- оформление наглядной информации (папки-передвижки, буклеты, памятки);
- участие родителей в проведении занятий, КВНа;
- рассказы детям из личного опыта (родителя-медработника, спортсмена, полицейского, пожарного);
- помощь в оснащении занятий наглядным и игровым материалом;
- соблюдение правил ЗОЖ и ОБЖ в семье;
- положительный личный пример;
- общение в социальных сетях;
- дистанционное взаимодействие через сайт ДОУ.

### ***2.5. Использование современных образовательных технологий***

Программой предусмотрено использование определенных образовательных технологий:

- *здоровьесберегающих*: технологий сохранения и стимулирования здоровья, технологий обучения ЗОЖ. Одним из самых простых и распространенных видов здоровьесберегающих технологий являются физкультминутки (динамические паузы), дыхательная и пальчиковая гимнастики, а также зрительная гимнастика, которые проводятся с детьми в ДОУ регулярно. Для развития психоэмоциональной сферы ребенка и укрепления его здоровья проводится психогимнастика. Ритмопластика – еще один метод работы с воспитанниками, основан на выполнении специальных пластичных движений под музыку. Технология игротерапии

помогает привлечь детей к участию в разнообразных играх, в ходе которых у них будет возможность избавиться от страхов, снять психоэмоциональное напряжение, проявить эмоции и фантазию;

- *личностно-ориентированных*. Главное – это ребенок, его личность, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий ее развития, всестороннее уважение и любовь к ребенку, забота о нем, вера в творческие силы; создание атмосферы сотрудничества;

- *технологии проблемного обучения*, которая раскрывается через постановку воспитателем проблемного вопроса, задачи и ситуации. Проблемный вопрос предполагает поиск и разные варианты ответа на него. Например, «Почему, если не мыть руки перед едой, можно заболеть?» Пример проблемной задачи: «Что необходимо сделать, чтобы, выйдя зимой на улицу, не простудиться?» или: «Как вести себя, если на улице подошел незнакомый человек и угощает конфетой?» Проблемная ситуация предполагает, что ребенок хочет решить трудные для себя задачи, но ему не хватает данных. И он должен сам их искать. В соответствии с ФГОС ДО – это одно из условий развития самостоятельности дошкольника;

- *технологии исследовательской деятельности*. Детям предлагаются различные опыты, мини-эксперименты, например, «Что будет, если зажать нос?»;

- *использование информационно-коммуникационных технологий* позволяет моделировать ситуации, которые нельзя увидеть в жизни. Предъявление информации на экране компьютера в игровой форме вызывает у детей огромный интерес, обладает стимулом познавательной активности детей. Движения, звук, мультипликация надолго привлекают внимание дошкольника, несут в себе образный тип информации, доступный дошкольникам.

## **Организационный раздел Программы**

### **3.1. Материально-техническое обеспечение Программы**

В ДОУ, в том числе в группах и физкультурном зале, созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- 1) организацию образовательной деятельности с детьми по реализации Программы;
- 2) возможность достижения воспитанниками планируемых результатов освоения Программы;
- 3) выполнение требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов, пожарной и электробезопасности, охраны здоровья воспитанников и охраны труда работников.

### **3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания**

#### *Методическое обеспечение Программы*

- Авдеева Н.Н. Безопасность: Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. – СПб.: «Детство-ПРЕСС», 2004. – 144 с.
- Александрова Е.Ю. Оздоровительная работа в ДОУ по программе «Остров здоровья». - Волгоград: Учитель, 2006. – 151с.
- Иванова А.И. Естественно-научные наблюдения и эксперименты в детском саду. Человек. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 224 с.
- Карелова Т.Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольников: планирование, система работы. - Волгоград: Учитель, 2001. – 170 с.
- Люцис К. Азбука здоровья в картинках. – М.: Русское энциклопедическое товарищество, 2004. – 64 с.
- Мельничук В.М. Я и мое здоровье: Методическое пособие для учителей начальных классов по валеологии. Первый класс. – Новосибирск: Издательство Новосибирского университета, 1997. – 48 с.
- Пазухина И.А. Давай поиграем! Тренинговое развитие мира социальных взаимоотношений детей 3-4 лет: Пособие-конспект для практических работников ДОУ. – СПб.: «Детство-ПРЕСС», 2005. – 96 с.
- Семенака С.И. Уроки добра: Коррекционно-развивающая программа для детей 5-7 лет. - 2-е изд., испр. и доп. — М.: АРКТИ, 2003. — 80 с.
- Сигимова М.Н. Кто я? Какой я? Методическое пособие для воспитателей детских садов и учителей начальных классов. – Новосибирск: НИПКИПРО, 1995. – 134 с.
- Формы оздоровления детей 4-7 лет: кинезиологическая и дыхательная гимнастики, комплексы утренних зарядок / авт.-сост. Е. И. Подольская. – Волгоград: Учитель, 2009. – 207 с.
- Шорыгина Т.А. Основы безопасности для детей 5 - 8 лет. - М.: ТЦ Сфера, 2006. – 80 с.

Интернет-ресурс: детские электронные презентации (электронные пособия) и клипы [viki.rdf.ru](http://viki.rdf.ru)

*Средствами* для реализации Программы служат:

- наглядный материал (репродукции, фотографии, альбомы, иллюстрации и др.);
- дидактические игры и игрушки, наглядные пособия;
- схемы, модели, муляжи, макеты;
- материал и оборудование для продуктивной деятельности;
- оборудование для экспериментирования;
- спортивный инвентарь;
- аптечка;
- методическая литература;
- детская художественная литература (книги Н. Орловой, А. Барто, Л. Зильберг, К. Чуковского);
- энциклопедическая литература;
- магнитофон, аудиозаписи музыки и звуков природы;
- компьютер, электронные образовательные и информационные ресурсы (презентации, слайд-программы) и т.п.

### **3.3. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

Для реализации Программы используется среда групп, физкультурного и музыкального залов, участки групп на улице, спортивная площадка.

В группах созданы спортивные уголки, оборудование которых соответствует возрасту детей и удовлетворяет потребность дошкольников в движении и приобщает их к ЗОЖ.

В спортивные уголки входят:

- Мелкий индивидуальный инвентарь для игр с метанием, ловлей и прыжками
- Оборудование для спортивных игр, упражнений, утренней гимнастики
- Атрибуты для подвижных игр
- Подборки иллюстративного материала (виды спорта, правильные продукты, виды закаливания и др.), альбомы с фотографиями выдающихся спортсменов, плакаты валеологической направленности

Главное преимущество спортивного уголка в группе в том, что его оборудование объединяет физическую культуру с игрой, создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной активности, а вариативность использования игрового и физкультурно-спортивного оборудования развивает в воспитанниках самостоятельность, стремление к ЗОЖ, креативность и творчество в двигательной активности.

В группах на полу и на асфальте на улице имеются схематические игровые поля (классики, лабиринты, тренировочные дорожки), которые обеспечивают игровую, познавательную и двигательную активность. Также предусмотрено использование других схем-изображений (змейки, паровозики, цепочки), в которых нарисованы следы, предметы, буквы, цифры, геометрические фигуры.

### 3.4. Режим организации образовательной деятельности

Игровые «уроки здоровья» проводятся с детьми старшей и подготовительной к школе групп 1 раз в неделю в соответствии с циклограммой образовательной деятельности. Возможна как подгрупповая форма работы, так и занятия со всей группой детей.

Занятия с детьми проводятся как в группах, так и в физкультурном зале или на спортивной площадке.

Продолжительность занятий в старшей группе не более 25 минут, в подготовительной к школе – не более 30 минут.

Всего в год – 36 занятий.

### 2.5. Календарный план

Месяц	Неделя	Тема занятия	Блок
Сентябрь	1	Как устроено тело человека	Мой организм
	2	Почему мы двигаемся?	
	3	Как ты растешь?	
	4	Как мы дышим?	
Октябрь	1	Наши помощники	
	2	Командир организма	
	3	Режим дня – это очень важно!	
	4	Экскурсия в «Институт здоровья человека» (обобщающее занятие)	
Ноябрь	1	Болезни грязных рук, или О личной гигиене	Чистота – залог здоровья
	2	Чтобы зубы не болели	
	3	Гигиена и закаливание	
	4	В гости к Чистюлькину (обобщающее занятие)	
Декабрь	1	О режиме питания	Приятного аппетита!
	2	Здоровая и вредная пища	
	3	Овощи и фрукты – полезные продукты	
	4	Аскорбинка и ее друзья	
Январь	2	Экскурсия в «Институт питания человека» (обобщающее занятие)	Занимайся физкультурой!
	3	Зачем нужно заниматься физкультурой?	
	4	Игры, которые лечат	
Февраль	1	Подвижные и народные игры	
	2	Живешь в Сибири – вставай на лыжи!	
	3	Каким видом спорта заняться?	
	4	Чтоб расти и закаляться, нужно спортом заниматься! (обобщающее занятие)	
Март	1	Настроение и здоровье	Будь веселым, не грусти!
	2	Театр настроений	
	3	Доброе слово лечит, а худое калечит Скажи «Нет!» вредным привычкам	

	4	Путешествие в мир эмоций (обобщающее занятие)	
Апрель	1	Как избежать неприятностей дома?	Будь осторожен!
	2	Во дворе и на улице	
	3	На воде и на природе	
	4	Таблетки – детям не конфетки!	
Май	1	Здоровье и болезнь	
	2	Ни ночью, ни днем не балуйся с огнем!	
	3	Как уберечь себя от разных неприятностей и всегда быть здоровым? (обобщающее занятие)	
	4	Итоговый, КВН «Будем здоровы!»	

## Перспективный план игровых занятий «Уроки здоровья»

### Блок 1. «Мой организм»

№ п/п	Тема	Цель	Содержание, формы, методы и приемы	Литература
1	«Как устроено тело человека»	Обобщение имеющихся у детей знаний об организме человека, функциях органов, формирование представлений о том, что каждая часть тела и каждый орган имеют большое значение для него.	<p><i>Вопросы для беседы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- что называется частью тела, а что органом?;</li> <li>- какая часть тела называется головой? (это часть тела, на которой сосредоточены органы чувств и в которой расположен головной мозг);</li> <li>- зачем нужна голова? (чтобы думать, есть, дышать и т.д.);</li> <li>- какие органы есть на туловище и внутри? (руки, ноги, сердце, легкие);</li> <li>- что располагается выше всего? (волосы; выявление свойств волос);</li> <li>- какую роль играет кожа для человека? (ощущение тепла, холода, боли, прикосновений);</li> <li>- что находится на голове? (глаза, нос, уши, рот). Это органы человека.</li> </ul> <p><i>Конкретное экспериментирование:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- зачем нужна шея?;</li> <li>- послушай стук сердца своего товарища»;</li> <li>- зачем человеку руки и ноги?;</li> <li>- зачем человеку нос? (самонаблюдения детей);</li> <li>- логические рассуждения «Чем отличаются люди друг от друга?» (высокие, низкие, старые, молодые, дети), «Чем похожи?»;</li> </ul> <p><i>Рассматривание рисунков и иллюстраций</i> на тему «Строение человека», дифференциация понятий «часть тела» и «орган».</p> <p><i>Просмотр электронного пособия (презентации)</i> «Тело человека».</p> <p><i>Рисование по теме занятия</i> (люди высокие и маленького роста, дети и пожилые);</p> <p>Изготовление книжек-самоделок.</p> <p><i>Загадки:</i></p> <p>У тетушки Фемицы Есть четыре сестрицы: Из них две-то хвалятся: «Мы делать горазды», А другие хвалятся: «Мы ходить горазды!» <i>(Ноги и руки)</i> Маленький работник годы живет, Никогда не спит и не стоит. <i>(Сердце)</i></p>	3, с. 43, 1, с. 84
2	«Почему мы	Знакомство детей с	<i>Вопрос:</i> Что помогает нашему телу двигаться?	9, с. 37;



	двигаемся?»	мышцами (мускулами), с помощью которых движется тело человека, с принципом работы мышц и их ролью в строении человека.	<p><i>Рассказ воспитателя</i> о том, что все движения, которые мы совершаем, возможны благодаря работе мышц.</p> <p><i>Рассматривание иллюстрации</i> «Скелет человека».</p> <p><i>Схематичное рисование</i> скелета человека</p> <p><i>Рассматривание плакатов и фотографий</i> с изображением штангистов, гимнастов, артистов балета – беседа о красоте человеческого тела.</p> <p><i>Выполнение физкультминутки</i> «Русские богатыри», <i>физических упражнений (этюдов)</i> «Красивая сосулька», «Штанга».</p> <p><i>Конкретное экспериментирование:</i> Встать перед зеркалом, согнуть руки, ноги, повернуть головой в разные стороны, наклониться всем туловищем вперед, вправо, влево, сделать «ласточку».</p> <p><i>Вопрос:</i> Какие части тела движутся и где они могут сгибаться и разгибаться?</p> <p><i>Просмотр отрывка из мультфильма «Смешарики»</i> («Азбука здоровья»: Руки).</p>	4, с. 47; 1, с. 93; 6, с. 23
3	«Как ты растешь?»	Знакомство детей с твердым костным веществом и мягким хрящом.	<p><i>Вопрос:</i> Почему взрослые почти не растут?</p> <p><i>Рассказ воспитателя</i> о том, что кости новорожденного ребенка почти полностью хрящевые, их можно легко повредить, но по мере того, как ребенок растет, в нем становится все меньше хрящей и все больше твердого костного вещества. Эти островки твердой кости увеличиваются с каждым годом, и у взрослых людей костные участки сливаются и образуют сплошные кости скелета. После этого рост человека прекращается.</p> <p><i>Рассматривание поэтапного роста человека</i> на иллюстративном материале.</p> <p><i>Экскурсия в ясельную группу</i>, наблюдение за малышами.</p> <p><i>Беседа</i> «Какие вы были маленькие?».</p> <p><i>Опыт</i> «Что такое хрящ?».</p> <p><i>Лепка:</i> взрослые и дети.</p> <p><i>Чтение стихотворения, беседа по содержанию:</i> Мама Алеше твердит спозаранку: «Леша, не горбись, следи за осанкой!» Он проследил бы за ней, но беда – Леша ее не видал никогда!</p>	5, с. 6
4	«Как мы дышим?»	Уточнение и обобщение представлений детей о строении и значении дыхательной системы человека.	<p><i>Проблемная ситуация:</i> «Что будет, если человек перестанет дышать?».</p> <p><i>Демонстрационное и фронтальное экспериментирование - опыт</i> «Попробуй не дышать!».</p> <p><i>Рассказывание</i> детям о трахее, ее строении, о легких и бронхах.</p> <p><i>Беседа</i> о том, как работает дыхательная система человека, о расположении органов дыхания и о том, что необходимо стараться дышать через нос. Через него вдыхаемый воздух проникает в похожую на пещерку носовую полость, стенки которой покрыты слизью и пучками тончайших волосков. Здесь холодный воздух согревается, а горячий остывает. Пыль</p>	1, с. 90; 3, с. 102; 5, с. 18; 9, с. 89; 10, с. 26-37

			<p>и микробы прилипают к слизи, а волоски помогают удалить их из организма вместе с вредными для детского здоровья веществами.</p> <p><i>Конструирование</i> с детьми органов дыхания, <i>самонаблюдение</i> за дыханием.</p> <p><i>Дыхательные упражнения</i> «Часики», «Дыхание», «Курносик», «Гуси летят», «Задувание свечи» и др.</p> <p><i>Игры</i> «Кислородинки и пылинки», «Дыхательное деревце».</p> <p><i>Просмотр отрывка из мультфильма «Смешарики»</i> («Азбука здоровья»: Воздух для здоровья).</p>	
5	«Наши умные помощники»	Расширение представлений детей об органах чувств человека, их значение для процесса познания окружающего мира; воспитание ценностного и бережного отношения к нашим «умным помощникам».	<p><i>Вопросы:</i> Какие органы являются главными помощниками человеку? Для чего нужны глаза? Уши? Нос? Язык? Кожа пальцев?</p> <p><i>Просмотр электронного пособия (презентации)</i> «Органы чувств».</p> <p><i>Дидактические игры:</i> «Отгадай на ощупь», «Узнай по звуку выполняемое действие», «Чем можно заменить речь?», «Мы в разведке», «Таинственные флаконы» (узнай по запаху), «Угадай на вкус».</p> <p><i>Тренинг органов чувств</i> (зрительных, слуховых, обонятельных и вкусовых восприятий).</p> <p><i>Беседа</i> о том, как органы чувств человека помогают друг другу, о компенсаторных возможностях органов чувств человека.</p> <p><i>Конкретное экспериментирование:</i> «Если один орган почему-либо не может работать, могут ли заменить его другие органы?».</p> <p><i>Чтение</i> Н. Орловой «Ребятишкам про глаза».</p> <p><i>Свободное общение</i> на тему занятия.</p> <p><i>Загадки:</i> Два оконца распахнуты целый день, А между ними – плетень. (<i>Глаза и нос</i>) Если б не было его, Не сказал бы ничего. (<i>Язык</i>) Один говорит, двое глядят, Двое слушают. (<i>Рот, глаза, уши</i>)</p>	5, с. 26-28; 6, с. 40-42; 7, с. 19; 9, с. 94; 3, с. 91; 113, 117, 124
6	«Командир организма»	Знакомство детей с мозгом, без которого человек не может жить, и с его свойством – памятью.	<p><i>Вопросы:</i> Что находится внутри головы? А зачем человеку мозг?</p> <p><i>Рассматривание</i> рисунка или муляжа «Головной мозг».</p> <p><i>Объяснить</i> детям то, что по нервам в мозг поступают сигналы от глаз, ушей, кожи и других органов чувств. А в ответ мозг посылает приказы ногам, рукам, другим частям тела. Разные участки головного мозга управляют различными видами деятельности человека: ходьбой, речью, проявлением эмоций. Сильные удары по голове (при шалостях, падении) могут вызвать тяжелую травму – сотрясение головного мозга. Объяснение того, что если после удара у человека наблюдается шум в ушах, головная боль, тошнота и рвота, то необходимо немедленно обращаться за помощью к врачу. Спинной мозг соединяет все части тела,</p>	9, с. 97; 4, с. 63; 5, с. 15; 10, с. 7-14

			<p>мышцы, внутренние органы с головным мозгом.</p> <p><i>Игровые упражнения:</i>  «Пальчики-узнавальчики», «Таинственные флаконы».</p> <p><i>Беседа</i> «Как заботиться о здоровье или как сохранить мозг здоровым».</p> <p><i>Игра</i> с мячом «Вопрос-ответ»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Что делает мозг?</li> <li>- Как мозг «командует» другими органами?</li> <li>- Как нужно заботиться о мозге?</li> </ul> <p><i>Кинезиологические упражнения</i> «Качание головой», «Массаж ушных раковин», «Ожерелье», «Ладони», «Дерево» и др.</p> <p><i>Свободное общение</i> по теме занятия.</p>	
7	«Режим дня – это очень важно!»	Формирование у детей представления о правильном режиме дня и пользе его соблюдения для здоровья.	<p><i>Проблемные ситуации:</i>  «Пора вставать, а глаза не открываются», «Пора спать, а сон убежал», «Что ты неправильно делал в течение дня?»</p> <p><i>Беседа</i> о соблюдении правильного режима (распорядка) дня. <i>Объяснение</i> детям, что очень важно соблюдать правильный режим дня: спать, кушать, гулять, играть и заниматься в определенное время. Тогда организму будет легко работать, и ты будешь чувствовать себя здоровым и бодрым. Выяснение распорядка дня детей в выходные дни и объяснение того, что даже в эти дни важно соблюдать режим.</p> <p><i>Чтение и обсуждение стихотворения:</i>  Умный пес по кличке Степ  Мне открыл один секрет –  Чтобы в жизни преуспеть,  Чтобы многое успеть,  Погулять и почитать,  И в игрушки поиграть,  И с друзьями песню спеть,  И мультфильмы посмотреть,  Как вещам твоим порядок,  ДНЮ поможет РАСПОРЯДОК!  День распишешь по частям,  И везде успеешь сам!</p> <p><i>Просмотр отрывка из мультфильма «Смешарики» («Азбука здоровья»: Распорядок).</i></p>	5, с. 12; 1, с. 106
8	«Экскурсия в Институт здоровья человека»	Обобщение представлений об организме человека, необходимости	<i>Сценарий урока в приложении</i>	

	(обобщающее)	соблюдения правил безопасности собственной жизнедеятельности		
--	--------------	--	--	--

## Блок 2. «Чистота – залог здоровья»

№ п/п	Тема	Цель	Содержание, формы, методы и приемы	Литература
1	«Болезни грязных рук, или, О личной гигиене»	Развитие у детей понимания значения и необходимости гигиенических процедур.	<p><i>Рассказ</i> воспитателя о микробах.</p> <p><i>Эксперимент:</i> на доске шарики из пластилина – это микробы. Разделить шарик пополам стеклой, вот их уже стало двое, еще разделим каждый и т.д. Вывод: если с микробами не бороться, то их становится очень много, и человек заболевает.</p> <p><i>Вопрос:</i> Каким образом микробы попадают в организм человека?</p> <p><i>Обсуждение</i> с детьми ситуаций, требующих мытья рук.</p> <p>Объяснение, почему именно в этих случаях следует соблюдать личную гигиену, и почему в одних случаях руки нужно мыть «до», а в других – «после» определенных действий.</p> <p><i>Чтение</i> детям стихотворения А. Барто «Девочка чумазая».</p> <p><i>Обсуждение</i> тем: «Сколько раз в день детям приходится мыть руки?», «Где больше микробов и почему?».</p> <p><i>Коллективное обсуждение</i> правил личной гигиены:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ежедневно умываться и принимать душ перед сном;</li> <li>- чистить зубы два раза в день – утром и вечером;</li> <li>- мыть уши не реже одного раза в неделю;</li> <li>- подстригать ногти – не реже одного раза в 10 дней;</li> <li>- нижнее белье менять каждый день.</li> </ul> <p><i>Просмотр отрывка из мультфильма «Уроки осторожности с тетушкой Совой» (микробы).</i></p> <p><i>Свободное общение</i> на заданную тему.</p>	4, с. 67; 1, с. 98
2	«Чтобы зубы не болели»	Формирование некоторых представлений о строении и значении зубов; закрепление навыков поддержания чистоты ротовой	<p><i>Вопросы:</i> Когда человек ест, что ему помогает жевать? Почему портятся и начинают болеть зубы?</p> <p><i>Рассказ воспитателя</i> о строении зубов и их количестве: всего у человека 32 зуба. В течение жизни зубы вырастают дважды. После 6 лет молочные зубы меняются на постоянные. Размер и форма зубов зависят от задач, которые они выполняют в пережевывании пищи.</p> <p>Чтобы зубы не болели, необходимо соблюдать простые правила:</p>	3, с. 84-88; 4, с. 6, 69; 5, с. 32; 6, с. 32-33

		<p>полости.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- полощи рот теплой водой после каждого приема пищи;</li> <li>- чисти зубы утром после завтрака и перед сном;</li> <li>- обязательно, два раза в год посещай зубного врача (стоматолога);</li> <li>- не ешь очень горячую и очень холодную пищу;</li> <li>- никогда не грызи твердые предметы (орехи, кости).</li> </ul> <p><i>Опыты:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Постучите ложкой о зубы» (зубы твердые);</li> <li>- «Попробуйте покачать зубы пальцами»;</li> <li>- «Попробуйте вынуть зуб» (зубы сидят прочно).</li> </ul> <p><i>Обсуждение с детьми роли врача-стоматолога.</i></p> <p><i>Беседа о важности и необходимости чистки зубов, обучение детей поддержанию чистоты полости рта.</i></p> <p><i>Рисование здорового зуба и зуба с зубным камнем или дуплом.</i></p> <p><i>Чтение стихотворения:</i></p> <p>Чтоб тебе, мой друг, с тоскою  Не пришлось на склоне лет  Страшной челюстью вставною  Пережевывать обед,  Чтоб свои родные зубки  Смог ты дольше сохранить,  Надо чистить их почаще,  Надо вовремя лечить!</p> <p><i>Загадки:</i></p> <p>Белые овечки  Глядят из-под печки. (Зубы)</p> <p>Оля зернышки грызет,  Падают скорлупки.  А для этого нужны  Нашей Оле .... (зубки)</p> <p><i>Просмотр отрывка из мультфильма «Королева Зубная Щетка».</i></p>		
3	«Гигиена и закаливание»	<p>Расширение и обобщение представлений детей о пользе гигиенических процедур и закаливания</p>	<p><i>Вопросы:</i> Какие гигиенические процедуры вы знаете? Зачем их нужно выполнять? Что такое закаливание? С помощью чего можно закаляться? (Солнце, воздух и вода).</p> <p><i>Беседа</i> о способах закаливания (обширное умывание, обливание прохладной водой; полоскание рта водой комнатной температуры; воздушные ванны и т.п.).</p> <p><i>Рассматривание</i> иллюстративного материала.</p> <p><i>Исполнение песни</i> «Ой, вставала я ранешенько».</p> <p><i>Тренинг:</i> обтирание «волшебными варежками»; полоскание полости рта водой</p>	

			комнатной температуры; обширное умывание. <i>Просмотр отрывка из мультфильма «Как закалялся Кашей».</i>	
4	«В гости к доктору Чистюлькину» (обобщающее)	Обобщение и закрепление представлений детей о правилах личной гигиены, о важности их соблюдения; повышение защитных сил организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды	<p><i>Пришло письмо:</i> «Здравствуйте, мои дорогие! Я доктор Чистюлькин из Страны здоровячков. Вы, конечно, знаете, почему она так называется? Жители нашей страны здоровые, сильные, крепкие, веселые. Приглашаю вас в гости! Только у вас должно быть хорошее настроение, так как мы любим, когда дети улыбаются. Вы обязательно должны принять наше предложение. Ждем вас! Доктор Чистюлькин и его друзья».</p> <p><i>Закрыли глаза</i> и ... попали в страну здоровячков. А вот и доктор (воспитатель в халате).</p> <p><i>Вопросы:</i> Что нужно делать, чтобы всем быть чистюлькиными? В каких случаях руки нужно мыть «до», а в каких случаях «после» определенных действий? Чем может грозить несоблюдение правил личной гигиены? Чем полезно умывание прохладной водой?</p> <p><i>Совместное пение:</i> «Ой, вставала я ранешенько».</p> <p><i>Тренинг:</i> растирание друг друга «волшебными варежками» под наблюдением Чистюлькина.</p> <p><i>Загадка:</i> Оля зернышки грызет, Падают скорлупки. А для этого нужны Нашей Оле .... (зубки).</p> <p><i>Беседа</i> Чистюлькина с детьми о важности и необходимости ухода за зубами.</p> <p><i>Подарок Чистюлькина - стихотворение на память, коллективное заучивание:</i></p> <p>Утром рано умываюсь, Полотенцем растираюсь. И от вас, друзья, не скрою: Зубы чищу, уши мою.</p> <p><i>Просмотр отрывка из мультфильма «Мойдодыр».</i></p>	

### Блок 3. «Приятного аппетита!»

№ п/п	Тема	Цель	Содержание, формы, методы и приемы	Литература
1	«О режиме питания»	Формирование у детей представлений о рациональном режиме приема пищи, пользе его соблюдения для здоровья человека.	<p><i>Вопросы:</i> Сколько раз в день вы кушаете, принимаете пищу? Как называются эти моменты? Какие блюда предпочтительны для завтрака? Обед? Полдника? Ужина?</p> <p>А каков должен быть объем принимаемой пищи на завтрак, обед и ужин? Когда едят более сытные блюда, когда более легкие?</p> <p><i>Пословица:</i> Завтрак съешь сам, обед раздели с другом, ужин отдай врагу.</p> <p><i>Игра</i> «Повара, или, Составим меню на день».</p>	

			<p><i>Обсуждение</i> с детьми степени важности четкого режима питания для здоровья человека.</p> <p><i>Просмотр электронного пособия (презентации):</i> еда.</p> <p><i>Свободное общение</i> на тему занятия.</p>	
2	«Здоровая и вредная пища»	<p>Обобщение знаний детей о роли пищи в жизни человека, о многообразии блюд и их пользе, о составе полезной пищи.</p>	<p><i>Вопрос:</i> Что будет, если ребенок ест очень много сладкого?</p> <p><i>Беседа</i> с детьми о том, какую пищу или продукты дети любят больше всего, о необходимости употребления только свежих продуктов питания. Пища должна быть разнообразной и вкусной, состоять из продуктов растительного и животного происхождения, а в ее состав должна входить вода, белки, жиры, углеводы и витамины. Вредна пища – это та, в которой в избытке содержится соль, сахар, а также незнакомая пища. А самая полезная та, которую человек ест с аппетитом. Блюда должны красиво выглядеть. Человек может жить без еды 30-40 дней.</p> <p><i>Опыт:</i> «Какое блюдо вы можете приготовить сами?»</p> <p>Здоровье зависит от правильного питания – еда может быть не только вкусной, но и полезной.</p> <p><i>Отгадывание загадок</i> про полезные продукты.</p> <p><i>Свободное общение</i> на тему занятия.</p> <p><i>Продуктивные виды деятельности:</i> рисование, лепка любимых детьми продуктов и готовых блюд.</p> <p><i>Чтение стихотворений:</i> Очень важно спозаранку Есть за завтраком овсянку. Черный хлеб полезен вам, И не только по утрам. Ты попробуй-ка решить Нехитрую задачку: Что полезнее жевать – Репку или жвачку?</p> <p><i>Просмотр электронного пособия (презентации):</i> еда.</p>	1, с. 104; 6, с. 28-30
3	«Овощи и фрукты – полезные продукты!»	<p>Знакомство с блюдами из овощей, их многообразием и пользой, с разными видами фруктов и соков, а также их ролью для здоровья человека.</p>	<p><i>Вопрос:</i> Какие овощи и фрукты растут у вас на даче?</p> <p><i>Игровые упражнения</i> на классификацию и дифференциацию овощей и фруктов: «Что здесь лишнее?», «Узнай по вкусу».</p> <p><i>Отгадывание загадок</i> по теме «Овощи и фрукты».</p> <p><i>Беседа</i> о блюдах из овощей, их разнообразии и способах приготовления, а также о том, что фрукты можно кушать не только целиком, порезав на кусочки, но также в виде свежевыжатых соков.</p>	6, с. 29-30

			<p><i>Рисование</i> витаминов А, В, С, D (добрые или злые?), создание рекламы своего любимого сока.</p> <p><i>Объяснение</i> детям, что перед употреблением фруктов и овощей их необходимо тщательно вымыть.</p> <p><i>Рисование</i> любимых детьми фруктов и овощей.</p> <p><i>Чтение стихотворений:</i> Помни истину простую: Лучше видит только тот, Кто жует морковь сырую Или сок морковный пьет. От простуды и ангины Помогают апельсины, Ну, а лучше съесть лимон, Хоть и очень кислый он.</p> <p><i>Просмотр электронного пособия (презентации):</i> еда.</p>	
4	«Аскорбинка и ее друзья»	Знакомство детей с витаминами, расширение знаний об их значении для здоровья человека.	<p><i>Вопрос:</i> В чем разница между «вкусным» и «полезным»?</p> <p><i>Объяснение</i> детям, что в продуктах есть очень важные для здоровья человека вещества, которые называются витаминами. Выяснить у детей, что они знают о витаминах. <i>Беседа</i> строится в форме общего диалога.</p> <p><i>Объяснение</i> детям того, что витаминов много, но самые главные из них - это А, В, С, D. Витамин А очень важен для зрения, витамин В способствует хорошей работе сердца, а витамин D делает наши ноги и руки крепкими. Витамин С укрепляет весь организм, делает человека более здоровым, неподверженным простудам.</p> <p><i>Рассматривание</i> иллюстративного материала, уточнение знаний детей о том, в каких продуктах содержатся эти витамины.</p> <p><i>Использование художественного слова</i> (Л.Зильберг), <i>Рисование</i> продуктов, богатых витаминами и любимых детьми.</p> <p><i>Чтение стихотворения:</i> Никогда не унываю, И улыбка на лице, Потому что принимаю Витамины А, В, С.</p> <p><i>Просмотр электронного пособия (презентации):</i> еда.</p>	1, с. 101-102
5	«Экскурсия в Институт питания»	Обобщение представлений детей о режиме питания,	<p><i>Вопрос:</i> Какое значение для человека имеет пища?</p> <p><i>Приглашение детей на экскурсию</i> в «Институт питания человека»:</p> <p>1. <i>Лаборатория здоровой пищи:</i> беседа о том, какие продукты полезны для детей и</p>	



	человека» (обобщающее)	здоровой и вредной пище, значении для человека употребления в пищу фруктов и овощей	<p>взрослых, о количестве и времени их употребления; игра с картинками «Полезно – вредно».</p> <p>2. <i>Лаборатория витаминов:</i> беседа о видах витаминов и продуктов, в которых они содержатся, о влиянии витаминов на организм человека; «приготовление» витаминного салата, напитка.</p> <p>3. <i>Лаборатория овощей и фруктов:</i> игры «Узнай по вкусу», «Что здесь лишнее?»; отгадывание загадок об овощах и фруктах; «приготовление» сока; предложить выпить готового (магазинного) сока.</p> <p><i>Продуктивная деятельность:</i> коллективная аппликация «Здоровая пища».</p> <p><i>Просмотр отрывка из мультфильма «Смешарики» («Азбука здоровья»: Диета для Ньюши).</i></p> <p><i>Свободное общение</i> по теме.</p>	
--	------------------------	---	---	--

#### Блок 4. «Занимайся физкультурой!»

№ п/п	Тема	Цель	Содержание, формы, методы и приёмы	Литература
1	«Зачем нужно заниматься физкультурой?»	Формирование осознанного желания заниматься физкультурой, создание положительной мотивации к здоровому образу жизни.	<p><i>Вопрос:</i> Какие правила безопасного отношения к своему здоровью вы знаете? (Знает своё тело, скажи «нет» вредным привычкам, соблюдай правила гигиены).</p> <p><i>Знакомство</i> детей с ещё одним правилом: занимайся физкультурой. Демонстрация схематичного изображения человека.</p> <p><i>Беседа</i> о том, что занятия физическими упражнениями очень полезны для всего организма в целом и отдельных органов в частности (для сердца, лёгких, головного мозга, мышц и скелета).</p> <p><i>Выполнение</i> детьми корректирующих упражнений, направленных на воспитание навыка правильной осанки, а также для плечевого пояса, туловища и ног.</p> <p><i>Игра</i> «Повтори за человечком» с использованием набора карточек.</p> <p><i>Просмотр отрывка из мультфильма «Смешарики» («Азбука здоровья»: Кому нужна зарядка?).</i></p> <p><i>Подвижная игра</i> «Третий лишний», игра малой подвижности «Ручеёк».</p>	4, с.65
2	«Игры, которые лечат»	Знакомство детей с дыхательными упражнениями, играми и звукоречевой гимнастикой, способствующей	<p><i>Вопрос:</i> Как вы думаете, могут ли упражнения на дыхание помочь нам оставаться здоровыми?</p> <p><i>Объяснение</i> того, что упражнения и игры, направленные на восстановление носового дыхания помогают при профилактике простудных заболеваний (способствуют тренировке дыхательной системы, улучшают кровообращение, предохраняют от переохлаждения, сухости и инфицирования слизистой оболочки носа, помогают работе мозга).</p>	2, с.78

		уменьшению бронхоспазмов и снижению частоты заболеваемости.	<i>Проведение с детьми игр:</i> «Пастушок дудит в рожок» (тренировка навыка правильного носового дыхания при спокойно сомкнутых губах); «Король ветров» (тренировка навыка правильного носового дыхания, укрепление мышц лица); «Подпрыгни и подуй» (улучшение функции дыхания, повышение тонуса адаптации дыхания и организма в целом к физическим нагрузкам); «Булькание» (восстановление носового дыхания, формирование ритмичного выдоха и его углубление). <i>Релаксация</i> под музыку и звуки природы.	
3	«Подвижные и народные игры»	Выявление и обобщение знаний детей о влиянии двигательной активности на здоровье человека, повышение защитных сил организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды.	<i>Вопрос:</i> Как вы понимаете слова: «движение – это жизнь»? <i>Беседа</i> о том, что для того, чтобы реже болеть, нужно укреплять свой организм с помощью занятий физкультурой и подвижных игр. <i>Загадка:</i> Под вражеским обстрелом Стоят солдаты смело, А если их собьют Они опять встают. («Городки»). - А какие ещё народные игры вы знаете? <i>Организация и проведение подвижных игр:</i> «Третий лишний», «Удочка», «Селезень», «Вперёд быстро иди, только не беги!»; игры малой подвижности: «Затейники», «Передай мяч!», «Стоп!»	4, с.96
4	«Живёшь в Сибири – вставай на лыжи!»	Обобщение знаний детей о пользе занятий лыжной подготовкой, о правилах ухода за лыжами; упражнение детей в ходьбе на лыжах.	<i>Вопрос:</i> Кто из вас умеет и любит кататься на лыжах? <i>Рассказ</i> воспитателя об истории лыж: древние лыжи – это две дощечки, к которым для лучшего скольжения снизу прибавляли мех. Вместо лыжных палок часто пользовались копьями. Объяснение того, как правильно подобрать лыжи: они должны соответствовать росту, а острый конец лыж должен упираться в ладонь поднятой вверх руки. Лыжная палка должна доходить до подмышки ребёнка. <i>Рассматривание</i> иллюстративного материала. <i>Художественное слово</i> (в приложении). <i>На улице:</i> Ознакомление с основными упражнениями: скользкий и ступающий шаг, поворот и подъём на пологий склон. Объяснение правил ухода за лыжами, способов очистки их от снега и переноса в помещении и на участке детского сада. <i>Эстафета</i> «На одной лыже».	
5	«Каким видом спорта заняться?»	Обобщение знаний детей о наиболее распространённых видах спорта, формирование ценностей здорового	<i>Вопрос:</i> Какие виды спорта вам больше нравятся и почему? <i>Рассматривание иллюстративного материала</i> с изображением спортсменов (лыжника, хоккеиста, пловца, гимнаста и т.д.). Какие виды спорта изобразил художник? Чем полезен тот или иной вид спорта? Какие ещё виды спорта, которые не нарисовал художник, вы знаете?	1, с. 111 5, с. 23

		образа жизни.	<p><i>Просмотр электронного пособия (презентации):</i> виды спорта.</p> <p><i>Отгадывание загадок</i> о спортивных занятиях (см. приложение).</p> <p>- А каким видом спорта вы занимаетесь или хотели бы заняться?</p> <p><i>Беседа</i> о значении занятий спортом для человека и для детей в частности, о том, что спорт развивает не только физические качества, но и волевые качества человека, такие как выдержка, упорство, целеустремлённость и т.д.</p> <p><i>Рисование</i> на тему «Мы – спортсмены».</p> <p><i>Свободное общение</i> по теме занятия.</p>	
6	«Чтоб расти и закаляться, нужно спортом заниматься (обобщающее)»	Обобщение и закрепление представлений детей о положительном воздействии на организм человека занятий физкультурой и спортом	<p><i>Вопрос:</i> Что помогает человеку всегда оставаться бодрым и здоровым?</p> <p><i>Беседа</i> о значении регулярных занятий физкультурой и спортом, о пользе закаливающих процедур.</p> <p><i>Вопрос:</i> Какие виды закаливания вы знаете? Применяете дома? В детском саду? Какие подвижные игры любите больше всего?</p> <p><i>Организация и проведение</i> 2-3 подвижных игр разной степени подвижности по желанию детей.</p> <p><i>Просмотр отрывка из мультфильма «Смешарики» («Азбука здоровья»: Быть здоровым – здорово!).</i></p>	

### Блок 5. «Будь весёлым, не грусти!»

№ п/п	Тема	Цель	Содержание, формы, методы и приёмы	Литература
1	«Настроение и здоровье»	Формирование представлений о настроении и чувствах, их влиянии на состояние здоровья; развитие умения понимать и объяснять эмоциональное состояние: своё и окружающих.	<p><i>Вопрос:</i> Влияет ли наше настроение на здоровье и почему?</p> <p><i>Беседа</i> о том, что в жизни человек испытывает очень много чувств, которые влияют на его настроение и здоровье (любовь, дружелюбие, гнев, злость, ненависть, зависть и т.д.).</p> <p><i>Рассказ</i> воспитателя о каждом из этих чувств, о его влиянии на здоровье.</p> <p><i>Игра</i> «Хорошо – плохо»: узнавание и называние детьми отрицательных и положительных чувств и качеств человека (используя маски настроения).</p> <p><i>Игра</i> «Зеркало» в парах.</p> <p><i>Коллективное упражнение</i> «Ладочки» с использованием разных цветов гуаши. Обсуждение, каких цветов больше (весёлых или грустных) и почему; предоставление каждому ребёнку возможности высказаться.</p> <p><i>Коррекционное упражнение</i> «Добрая и сердитая кошечка».</p> <p><i>Обобщение:</i> «Если у человека часто плохое настроение, то он чаще болеет, не может</p>	4, с.76, 109

			добиться в жизни успехов, вследствие чего расстраивается ещё больше и его здоровье становится ещё хуже». <i>Релаксация</i> под музыку и звуки природы.	
2	«Театр настроений»	Закрепление у детей умения изображать различные эмоциональные состояния; повышение психоэмоциональной устойчивости детей; формирование умения работать в коллективе.	<i>Вопрос:</i> Вы были в театре? <i>Беседа</i> о профессии актёра, который может изобразить любую эмоцию. <i>Дидактическая игра</i> «Театр настроений»: отгадывание той эмоции, которая изображена. <i>Игра</i> «Волшебные маски» (показ детьми эмоций, которые изображены на той или иной маске). <i>Коллективное рисование</i> «Картина настроений» - изображение детьми красками своего настроения. <i>Объяснение</i> детям того, что нужно стараться узнавать новое, помогать друзьям, быть участливым и доброжелательным и тогда у человека будет всегда хорошее настроение, и он не будет испытывать отрицательных эмоций. <i>Релаксация</i> под музыку и звуки природы.	4, с. 116
3	«Доброе слово лечит, а худое – калечит»	Воспитание у детей чуткого, доброго отношения друг к другу.	<i>Вопрос:</i> Вы испытывали когда-нибудь боль? <i>Беседа</i> о том, что боль бывает разная: есть физическая боль – больно, когда падаешь, кто-то сильно ударил, порезал ногу или руку, обжёгся чем-то, ужалила пчела и т.д. А бывает боль душевная (эмоциональная) – больно, когда кто-то сердито кричит, дразнит, обзывает, не хочет делиться игрушками, сладостями. <i>Тренинг эмоций</i> «Ой, ой, живот болит!» - закрепление в речи слов утешения. <i>Чтение</i> отрывка из сказки «Айболит». <i>Обыгрывание ситуаций</i> (поведенческий тренинг): «Успокой малыша», «Коля сломал нечаянно машинку». <i>Вопрос:</i> А когда вы расстроены, кто помогает вам чувствовать себя лучше? (Родители, друзья, животные, воспитатели). <i>Беседа</i> о том, что нужно всегда помогать своим близким в беде не только делом, но и добрым словом. <i>Игровое упражнение</i> «Сердце на память»: детям предлагается положить на сердце руку и в тишине послушать, как оно бьётся, почувствовать его тепло ладонью. Затем второй ладонью накрыть первую и, стараясь сохранить тепло в руке, сложить ладони в виде сердца. Дети подходят друг к другу и прикасаются «сердцем» к груди друга, даря тепло своего сердца «на память». <i>Рисование</i> «Подарок моему другу», обмен выполненными работами. <i>Игра</i> малой подвижности «Волшебный стул» (см. приложение).	8, с.43,46,49
4	«Скажи «нет!» вредным привычкам»	Формирование у детей понятия «Вредные привычки» и мотивирование отказа	<i>Вопросы:</i> Что такое привычка? (Это действие, которое человек выполняет, даже не задумываясь) Какие полезные привычки вы знаете? (Утренняя гимнастика, чистка зубов, умывание и т.д.). <i>Беседа</i> о вредных привычках. Вредные привычки – это: грызть ногти, сосать палец, волосы,	4, с.71

		от них	<p>брать в рот несъедобные предметы. В рот могут попасть вредные микробы, а от этого можно заболеть. Кроме этого, если брать в рот разные предметы, то можно поранить дёсны и нёбо. Можно даже случайно проглотить эти предметы. А если они попадут в дыхательные пути, то можно задохнуться. Доктор Неболейка даёт детям такой совет, хорошенько запомните: «Во рту место только пище и питью, а когда вы болеете – ещё лекарствам. Во рту может находиться только один несъедобный предмет – твоя зубная щётка».</p> <p><i>Игра</i> «Собери рюкзак в поход» - взять с собой только полезные привычки из предложенных на картинках.</p> <p><i>Рисование</i> двух сестричек-привычек – «Полезной» и «Вредной».</p> <p><i>Просмотр отрывка из мультфильма «Смешарики» («Азбука здоровья»).</i></p>	
5	«Путешествие в мир эмоций» (обобщающее)	Закрепление названий и характерных внешних черт восьми основных (врожденных) эмоций, а также умения различать и сравнивать эмоциональные ощущения как свои, так и других детей; развитие умения контролировать собственное настроение	<p><i>Вопрос:</i> Как вы думаете, какой человек чаще болеет: тот, который всегда в хорошем настроении, или тот, у которого чаще настроение скверное?</p> <p><i>Игра</i> «Назови эмоцию» с картинками-масками (положительные, отрицательные эмоции).</p> <p><i>Беседа</i> о том, как можно приободрить своего товарища, поддержать его добрым словом.</p> <p><i>Настольно-печатная игра</i> «Театр настроений» («Зеркало», «Золотая маска»).</p> <p><i>Вопрос:</i> Какие бывают вредные привычки? Кому из вас удалось от них отказаться?</p> <p><i>Коллективное рисование</i> «Картины настроений»: изображение детьми красками своего настроения.</p>	

### Блок 6. «Будь осторожен!»

№ п/п	Тема	Цель	Содержание, формы, методы и приёмы	Литература
1	«Как избежать неприятностей дома?»	Расширение представлений детей о предметах, которые могут служить источниками опасности в доме.	<p><i>Вопрос:</i> Что вам запрещают делать родители дома и почему? Определение опасных предметов и ситуаций в доме.</p> <p><i>Объяснение</i> детям значения знака «Опасность».</p> <p><i>Рисование</i> восклицательного знака около тех предметов, которые могут быть опасны (спички, утюг, горящая конфорка и т.д.).</p> <p><i>Отгадывание загадок</i> на тему «Опасные предметы в быту»: стеклянная посуда, кипящий чайник, плита, открытое окно, утюг и т.д.</p> <p><i>Совместное обсуждение</i> случаев травматизма в быту, произошедших с кем-либо из родственников или знакомых детей.</p>	1, с.66 5, с.46

			<p><i>Проблемная ситуация</i> «Мама ненадолго ушла, и дети остались дома одни ...».</p> <p><i>Чтение стихотворений</i> об опасных предметах в квартире (см. приложение).</p> <p><i>Просмотр отрывка из мультфильма</i> «Аркадий Паровозов спешит на помощь».</p>	
2	«Во дворе и на улице»	Обсуждение с детьми различных опасных ситуаций, которые могут возникнуть при играх во дворе дома, объяснение необходимых мер безопасности, а также правил поведения в случае, если ребёнок потерялся.	<p><i>Вопросы:</i> Есть ли у вас во дворе игровая площадка, и в какие игры вы предпочитаете играть на улице? Кто видел дом с аркой и для чего она нужна? (Войти во двор или выехать на машине). Можно ли играть в такой арке или перед ней, если нельзя, то почему?</p> <p><i>Обсуждение проблемных ситуаций</i> (с картинками):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) дети играют перед аркой со стороны улицы;</li> <li>2) дети играют перед аркой со стороны двора;</li> <li>3) что может произойти, если дети не заметят въезжающую в арку машину?</li> </ol> <p><i>Проведение игры-тренинга:</i> «Будь внимателен!».</p> <p><i>Объяснение</i> детям, чем могут быть опасны игры не только на дороге, но и на тротуаре, почему нельзя играть на проезжей части улицы и на тротуаре близко к проезжей части, даже если это переулок или небольшая дорога внутри двора, где машины проезжают редко. Игра на тротуаре может быть опасна не только для самого ребёнка, но и создать неудобства для прохожих или аварийную ситуацию для водителей на дороге.</p> <p><i>Просмотр электронного пособия (презентации):</i> улица.</p> <p><i>Проблемная ситуация</i> «Что делать, если ты потерялся?».</p> <p><i>Объяснение</i> детям, что обращаться за помощью можно не к любому взрослому, а только к полицейскому, военному или продавцу.</p> <p><i>Обсуждение</i> безопасного поведения при контактах с чужими людьми, ведь внешняя привлекательность прохожего не всегда говорит о его добрых намерениях.</p> <p><i>Просмотр отрывка из мультфильма</i> «Аркадий Паровозов спешит на помощь».</p>	1, с.122, 127
3	«На воде и на природе»	Обсуждение с детьми правил безопасности на воде, во время купания; обобщение и закрепление знаний детей о съедобных и ядовитых грибах, растениях и ягодах.	<p><i>Вопрос:</i> Кто умеет плавать, и как вы этому научились?</p> <p><i>Беседа</i> о летнем отдыхе и всеми любимом занятии – купании (в реке, озере, море). Выяснение различий между морем, рекой, озером (в море вода солёная, плавать легко, но бывают высокие волны, реки бывают мелкие, с тихим течением и песчаным дном, а бывают очень широкие, с обрывистыми берегами и быстрым течением).</p> <p><i>Вопрос:</i> «Кто видел знак, запрещающий купаться?». Это плывущий человек, перечёркнутый крестом.</p> <p><i>Объяснение</i> детям того, почему нельзя заходить глубоко в воду и нырять, стараясь максимально использовать личный опыт детей. Объяснить, что во время купания обязательно должны быть рядом взрослые.</p> <p><i>Беседа</i> о том, что прогулка по лесным тропинкам может стать не только удовольствием, но и серьёзной опасностью.</p> <p><i>Использование загадок и художественного слова</i> о грибах.</p> <p><i>Раскрашивание</i> детьми картинок с изображением грибов (белый гриб, лисички, сыроежки,</p>	1, с.109, 77 11, с.54 – 63; 65

			<p>мухомор, бледная поганка), ориентируясь на образец.  <i>Обсуждение</i> характерных признаков ядовитых грибов.  <i>Вопрос:</i> Какие из этих грибов вы видели в лесу? Как они называются?  <i>Объяснение</i> того, как выбирать грибы (не червивые, не старые), всегда советоваться со взрослыми по поводу пригодности грибов в пищу.  Беседа о том, из каких грибов можно сварить вкусный суп, а какие пожарить, посолить.  <i>Рассказывание</i> про съедобные и ядовитые растения. Полезные растения – это земляника, малина, черника, брусника.  <i>Вопросы:</i> Какие вредные, ядовитые растения вы знаете? Можно ли их пробовать? К каким последствиям это может привести?  <i>Рассматривание</i> соответствующих цветных изображений и <i>обсуждение</i> того, по каким признакам можно отличить каждое из растений (его высота, цвет и форма ягод). <i>Уточнение</i> названий ядовитых растений: вороний глаз, волчье лыко, ландыш. <i>Объяснение</i> детям того, что лучшее средство защиты от ядовитых растений – не трогать ни один цветок, ни один кустарник, если они тебе не знакомы, т.к. опасным может быть даже прикосновение к ядовитым растениям.  <i>Рисование</i> съедобных и ядовитых ягод.  <i>Игра с мячом</i> «Съедобные и несъедобные ягоды» (см. приложение).  <i>Просмотр отрывка из мультфильма «Смешарики» («Азбука безопасности»).</i></p>	
4	«Таблетки – детям не конфетки»	Уточнение и обобщение представлений детей о пользе и вреде лекарственных препаратов.	<p><i>Загадка:</i>  «Когда заболеваем, то мы их принимаем» (лекарства).  <i>Вопрос:</i> Почему говорят: «Таблетки – не конфетки!».  <i>Беседа</i> о том, в каких случаях нужно принимать таблетки, а если приёма лекарств не избежать, то делать это нужно под присмотром взрослых. Таблетки бывают очень похожи на конфеты, леденцы – ведь они тоже разноцветные, и если таблетку нашли на полу, то нужно отдать её взрослому. Все лекарственные препараты должны храниться в определённом месте – навесном шкафчике, который называется «Домашняя аптечка». <i>Объяснение</i> детям, что употребление лекарств без ведома взрослых может быть очень опасным.  <i>Художественное слово:</i> стихотворение «Таблетки – не конфетки»; чтение сказки «Неосторожная резвушка».  <i>Рисование</i> шкафчика, где хранятся лекарственные препараты, содержимого домашней аптечки.  <i>Просмотр отрывка из мультфильма «Уроки осторожности с тетушкой Совой» (лекарства).</i>  <i>Свободное общение</i> по теме занятия.</p>	11, с.25
5	«Здоровье и болезнь»	Обобщение представлений детей о ситуациях, приносящих	<p><i>Загадка:</i> «Что для любого человека дороже всего?» (Здоровье).  <i>Вопросы:</i> От чего можно заболеть? Как помогают нам прививки?  <i>Просмотр отрывка из мультфильма «Про бегемота, который боялся прививок».</i></p>	1, с.97

		<p>вред здоровью, о мерах профилактики заболеваемости.</p>	<p><i>Беседа</i> с детьми о том, что они знают о болезнях, как они себя чувствовали, когда болело горло, живот, голова. Объяснение того, почему необходимо считаться с плохим самочувствием другого человека, почему в случае заболевания необходимо обращаться к врачу, которого не надо бояться. В случае простуды нужно лечь в постель и укутаться одеялом. Выпить тёплый чай с малиной, тёплые отвары лекарственных трав или морсы. Если поднялась температура, нужно положить на голову холодный компресс, а если температура очень высокая, нужно обтирать тело смесью воды, спирта и уксуса, а также чаще проветривать помещение.</p> <p><i>Просмотр отрывка из мультфильма «Смешарики» («Азбука здоровья»: Горький вкус справедливости).</i></p> <p><i>Вопросы:</i> Какие ситуации могут быть опасны для здоровья? (употребление в пищу зимой на улице мороженого, да и летом в жаркую погоду нельзя есть много мороженого; употребление большого количества сладостей; ходьба по лужам без резиновых сапог; нахождение рядом с больным человеком (чихающим и кашляющим)). Как ещё можно заботиться о своём здоровье?</p> <p><i>Свободное общение</i> по теме занятия.</p>	
6	«Ни ночью, ни днём не балуйся с огнём!»	<p>Уточнение представлений детей об опасности игры со спичками, открытым огнем; обобщение знаний о действиях человека в случае пожара.</p>	<p><i>Беседа</i> о том, что огонь даёт нам тепло и свет, на огне можно приготовить еду, но иногда огонь превращается из друга в злейшего врага человека.</p> <p><i>Чтение и обсуждение</i> стихотворений (см. приложение).</p> <p><i>Проблемная ситуация</i> «Если в доме что-то загорелось, что делать?» (Нужно быстро уйти или выбежать из квартиры, рассказать об этом взрослым, позвонить маме на работу, вызвать пожарных, нельзя прятаться в дальних углах, под кроватями, за шкафом. Если в квартире много дыма, то нужно пригнуться и двигаться к двери, прикрывая нос и рот мокрым платком. Пользоваться лифтом нельзя! и т.п.).</p> <p><i>Вопрос:</i> По какому номеру нужно звонить, чтобы вызвать пожарных? А полицию? «Скорую помощь»? Службу газа?</p> <p><i>Составление</i> с помощью карточек-схем алгоритма вызова: поднять трубку, дождаться гудка, набрать номер (например, «01»), дождаться ответа (если раздаются короткие гудки (занято), нажать на рычаг телефона и повторно набрать номер), спокойно сообщить информацию (например, о пожаре), назвать адрес, положить трубку.</p> <p><i>Уточнение</i> представлений детей о людях, которые борются с пожарами, о том, как называется их профессия.</p> <p><i>Задание</i> «Выбери предмет»: на столе 10 карточек с изображением различных предметов. Дети должны обвести красным карандашом пожароопасные предметы и объяснить свой выбор.</p> <p><i>Рисование</i> детьми плакатов о противопожарной безопасности.</p> <p><i>Свободное общение</i> по теме занятия.</p>	1, с.61 5, с.50



7	«Как уберечь себя от разных неприятностей и всегда быть здоровым?» (обобщающее)	Обобщение и закрепление представлений детей о предметах, которые могут служить источниками опасности в доме, о правилах безопасного поведения во дворе и на улице, о вреде бесконтрольного приема медикаментов и об опасности игры со спичками	<p><i>Вопросы:</i> Какие предметы могут представлять опасность в доме? Как нужно вести себя, чтобы не получить бытовую травму (ожог, порез, перелом, ушиб).</p> <p><i>Решение проблемных ситуаций:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ребенок потерялся в большом магазине или на улице. Что ему нужно делать? К кому обратиться за помощью?</li> <li>- Мама отпустила вас погулять во двор. Где можно, а где нельзя играть детям? Чем опасно играть у дороги?</li> <li>- Гуляя по лесу, вы нашли целую поляну разных грибов. Как поступите?</li> </ul> <p><i>Просмотр отрывка из мультфильма «Аркадий Паровозов спешит на помощь».</i></p> <p><i>Вопросы:</i> Когда прогулка в лесу или отдых у водоема могут стать не только удовольствием, но и серьезной опасностью? Когда прием лекарств может стать не лечением, а большой опасностью? Почему детям запрещено брать и играть со спичками? Что делать, если в доме что-то загорелось? Какие еще ситуации могут быть неблагоприятными и даже опасными для здоровья человека? (Употребление большого количества мороженого; нахождение рядом с чихающим и кашляющим человеком; хождение по лужам и т.п.).</p> <p><i>Игра с картинками «Хорошо – плохо».</i></p> <p><i>Рисование картинок и коллективное составление плаката или создание книжки-самоделки «Внимание: опасность!».</i></p> <p><i>Просмотр отрывка из мультфильма «Смешарики» («Азбука безопасности»).</i></p>	
---	---	--	---	--

36 урок, итоговый – КВН «Будем здоровы!» (сценарий в приложении)