

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №22»
И.З. Турчинович
Приказ № 61 от 18.07.2024

Перспективный план работы с детьми 2 группы раннего возраста по ЗОЖ и охране труда.

Месяц	Тема	Цель	Основные моменты.
Сентябрь	«Мойдодыра в гостях у детей».	Познакомить с предметами личной гигиены.	1. Чтение «Умывалочка» Пикулева. 2. Беседа. 3. Практическая часть.
Октябрь	Водичка-водичка умой мое личико».	Учить, мыть лицо и руки, не разбрызгивая воду.	1. Проблемная ситуация. 2. Решение проблемы. 3. Чтение потешки. 4. Практическая часть.
	Уроки «Мойдодыра»	Учить пользоваться мылом и полотенцем, насухо вытирать лицо и руки.	1. Приход Мойдодыра. 2. Беседы. 3. Д/и «Предметы личной гигиены». 4. Практическая часть.
Ноябрь	Наши помощники – расческа и платок.	Продолжать знакомить с предметами личной гигиены.	1. Проблемная ситуация. 2. Эксперимент. 3. Практическая часть.
	Игры «Куклы одеваются».	Закрепить последовательность действий при одевании.	1. Проблемная ситуация. 2. Д/и «Оденем куклу»
Декабрь	«Сорока ворона кашу варила».	Закрепить правила поведения за столом	1. Пальчиковая игра «Сорока ворона». 2. Беседа 3. Правила поведения
	«Пейте дети молоко - будете здоровы.»	Формировать представления о ценности молока.	1. Чтение стиха «Пейте детки молоко». 2. Беседа. 3. Блюда из молока.
Январь	«Айболит в гостях у детей».	Познакомить со строением собственного тела.	Журнал «Дошкольное воспитание» №3 2004 г.

Февраль	Мойдодыр спешит на помощь.	Закрепить части тела. Познакомить с гигиеной тела.	1. Проблемная ситуация. 2. Беседа с Мойдодыром. 3. Практическая часть.
	Игра «Купание куклы Кати».	Закрепить последовательность действия при купании.	1. Проблемная ситуация. 2. Д/и «Купание куклы Кати».
Март	«Путешествие в кабинет здоровья».	Познакомить с профессией медсестры.	1. Экскурсия в кабинет. 2. Беседа с мед. Сестрой. 3. Д/и «Чем нос лечат».
	Игра «Кукла заболела».	Знакомить с правилами поведения во время болезни.	1. Проблемная ситуация. 2. Д/и «Полечим куклу Катю».
Апрель	Беседа об овощах и фруктах.	Познакомить детей с понятием «витамины»	1. Рассм-е. 2. Рассказ воспитателя.
	Д/И «Узнай на вкус»	Узнавать овощи и фрукты на вкус.	1. Рассм-е овощей и фруктов. 2. Игра «Узнай на вкус».
Май	«Для чего человеку сон?»	Рассказать о сне, о его полезном воздействии на организм.	1. Беседа 2. Рассказ воспитателя. 3. Игра «День-ночь».

Перспективный план работы с детьми младшей группы по ЗОЖ и охране труда.

Месяц	Тема	Цель	Основные моменты
Сентябрь	«Овощи и фрукты».	Дать элементарные знания о полезной пище.	1 Беседа. 2 Игра «Фрукты-овощи».
Октябрь	Игра «Хрюша – не грязнуля».	Формировать культурно-гигиенические навыки.	1 Проблемная ситуации. 2. Игра: «Купание Хрюши».
	Чтение потешек	Формировать навыки личной гигиены через устное народное творчество	Чтение потешек.
Ноябрь	Как устроено наше тело (водное).	Познакомить с частями тела, для чего они нужны человеку.	См. конспект №1.

	«Наши глазки»	Углубить знание об органе зрения.	№2.
Декабрь	«Чтобы глазки не болели».	Учить детей беречь глаза от пыли, грязи.	№3
	Гимнастика для глаз.	Учить детей самостоятельно делать гимнастику, повторять движения за воспитателем.	№4
Январь	«Мои ушки».	Познакомить детей со строением слуха.	№5
Февраль	Чтобы ушки лучше слушали.	Углубить знания об органе слуха.	№6
	Поиграем с ушками.	Учить детей навыкам само - массажа.	№7
Март	«Моя кожа».	Познакомить со значениями кожи человека.	№8
	«Пожалей свою кожу».	Углубить знания детей об уходе за кожей.	№9
Апрель	«Чтобы быть красивыми»	Способствовать формированию у детей правильной осанки.	
	Поговорим о спорте	Развивать элементарные представления о пользе физической активности.	
Май	«Закаляйся»	Формировать знания детей о необходимости закаливания.	

Перспективный план работы с детьми средней группы по ЗОЖ и охране труда.

Месяц	Тема	Цель	Основные моменты
Сентябрь	«Сладкая страничка»	Дать элементарные знания о полезной и вредной пище.	1. Беседа 2. Игра «Полезно-вредно».
Октябрь	«О том, как правильно есть».	Учить навыком культуры питания.	1. Рассм-е иллюстраций. 2. Беседа.
	«Для чего нужен язык?»	Познакомить с органами чувств язык.	См. мат-л в книге Ивановой стр.91.
Ноябрь	«Голова – главная часть тела человека»	Познакомить с частью тела – голова.	Иванова стр. 55.
	«Зачем нужны расческа и шампунь»	Формировать знания о необходимости гигиенических процедур.	1. Беседа 2. Игра «Помоем волосы куклы Кати».
Декабрь	«Как мы чувствуем запахи»	Познакомить с органом чувств – нос.	Журнал «Дошкольное воспитание» №3 2000 год
	«Почему из носа иногда капает?»	Познакомить детей с причинами появления насморка.	1. Беседа. 2. Рассказ воспитателя.
Январь	Зачем нужен носовой платок?	Формирование знания о необходимости гигиенических процедур.	Иванова стр. 108.
Февраль	«Как сохранить кожу здоровой».	Формирование знания о необходимости гигиенических процедур.	Иванова стр. 98.
	«Уход за руками и ногтями».	Формирование знания о необходимости гигиенических процедур.	Иванова стр.98.
Март	«Ой, болит!»	Учить детей прислушиваться к своему организму и реагировать на его сигналы.	1. Беседы 2. Рассказ воспитателя 3. Рассм-е иллюстрации.
	«Врачи – наши друзья».	Донести до детей важность посещения врачей, их заботу о нас.	
Апрель	«Баю-Баюшки»	Дать первоначальное представление о значении отдыха для организма.	

	В гостях у Мойдодыра.	Закрепить навыки личной гигиены.	
Май	Ласковое солнышко.	Дать элементарные знания о закаливании.	

Лит-ра: Иванова А.И. «Естественно - научные наб-я и эксперименты в д/с «Человек». М. Т.Ц Сфера 2005 г.

Перспективный план работы с детьми старшей группы по ЗОЖ и охране труда.

Месяц	Тема	Цели	Основные моменты
Сентябрь	Наши верные друзья.	Закрепить знания детей о культурно-гигиенических навыках.	Т.А. Шорыгина «Беседы о здоровье» Стр. 4. Б.1
Октябрь	«Кто с закалкой дружит никогда не тужит» «На зарядку – становись».	Закреплять знания о закаливании организма. Расширять уточнять знания детей о пользе зарядки и соблюдении режима дня.	Т.А. Шорыгина «Беседы о здоровье» стр. 7. Б.2. Т.А. Шорыгина «Беседы о здоровье» стр. 15. б. 3.
Ноябрь	«Чистота – залог здоровья». «Не боимся мы дождей и осенних хмурых дней».	Закреплять и уточнять знания детей о чистоте и опрятности. Дать представления об осенней простуде, необходимости беречь свое здоровье и окружающих.	Т.А. Шорыгина «Беседы о здоровье» стр. 24. б.4. Т.А. Шорыгина «Беседы о здоровье» стр. 29. б.5.
Декабрь	«Сделайте компьютер своим другом». «Зимние игры и забавы».	Дать представления о вреде и пользе компьютера. Расширять знания детей о пользе зимних прогулок.	Т.А. Шорыгина «Беседы о здоровье» стр. 31. б. 6. Т.А. Шорыгина «Беседы о здоровье» стр. 37 Б. 7.
Январь	Праздники здоровья.	Прививать желание заботиться о здоровье.	Журнал «Ребенок в дет. саду» №6 2002 г.
Февраль	«Уши».	Дать знание о значении слуха для ориентации в пространстве.	Атлас с. 21,28. «Дошкольное воспитание» №3 2000 г.

	Нос.	Познакомить о путешествии воздуха через нос в легкие.	Атлас с. 16,17,22.
Март	«Кожа» «Особое внимание здоровью весной».	Рассказать детям о значении кожи, как защитном свойстве организма. Уточнить представление о функциях органов и зависимость их жизнедеятельности от здорового образа жизни.	Атлас с. 23,28 Журнал «Дошкольное воспитание» №11 1996 г.
Апрель	«Пришла весна – ребятишкам не до сна!» «Полезные и вредные привычки».	Расширять знания детей о весенних прогулках. Закреплять и уточнять знания детей о полезных и вредных привычках.	Т.А. Шорыгина «Беседы о здоровье» стр.42. б. 8. Т.А. Шорыгина «Беседы о здоровье» стр. 52. б.10.
Май	Лекарственные и ядовитые растения.	Расширять знания детей о лекарственных и ядовитых растениях.	

Лит-ра: Т.А. Шорыгина «Беседы о здоровье».

Перспективный план работы с детьми подготовительной группы. по ЗОЖ и охране труда.

Месяц	Тема	Цель	Основные моменты.
Сентябрь	«Что такое здоровье?»	Дать детям общее представление о ЗОЖ.	1.ЗОЖ – важный фактор в жизни человека. 2. Личная гигиена 3.Охрана здоровья. Атлас стр. 25,25.
Октябрь	«Я – человек». «Движение – жизнь».	Формировать у детей представления о человеке как одном из животных существ, населяющих землю. Развивать у детей представление о пользе физической активности.	Новикова И.М. «Формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников». стр. 43. Атлас стр. 25.
Ноябрь	«Растения вокруг нас. Овощи».	Расширять и закреплять представления о пользе здоровья овощей.	Новикова И.М. «Формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников».

	«Растения вокруг нас. Деревья и кустарники».	Формировать представления о значении деревьев и кустарников для здоровья человека.	Новикова И.М. «Формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников». стр. 44.
Декабрь	«Что я знаю о себе? Мой организм».	Формировать элементарные представления детей об организме человека, об органах чувств и их значении.	Новикова И.М. «Формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников». стр. 45.
	«Я – ребенок. Мой образ жизни».	Формировать представления об образе жизни и его значении для здоровья человека.	Новикова И.М. «Формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников». стр. 46.
Январь	«Праздник здоровья».	Прививать желание заботиться о здоровье	Журнал «Ребенок в детском саду» №6 2002 г.
Февраль	«Я живу в городе»	Формировать пред-я о факторах окружающей среды города, оказывающих влияние на здоровье человека.	Новикова И.М. «Формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников». стр. 47.
	«Я – пешеход и пассажир».	Формировать пред-я о безопасном для здоровья поведении при переходе улицы и в тран-те.	Новикова И.М. «Формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников». стр. 48.
Март	«Здоровый образ жизни в городе»	Формировать пред-я о досуге в городе.	Новикова И.М. «Формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников». стр.49.
	Игра «Больница».	Расширить сод-е сюжетно-ролевой игры.	Новикова И.М. «Формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников». стр. 49.
Апрель	«Я и другие люди».	Формировать у детей пред-я о сходстве и различия людей.	Новикова И.М. «Формирование

	«Здоровье и болезнь».	Уточнить представления о здоровье и болезненном состоянии человека.	представлений о ЗОЖ у дошкольников». стр. 52 Новикова И.М. «Формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников». стр. 53.
Май	Ребенок дома	Формировать представления о предметах домашнего быта, являющихся источником опасности.	Новикова И.М. «Формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников». стр. 56.

Лит-ра: Новикова И.М. «Формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников». М. 2009 г.