

**План
работы по здоровьесбережению
с детьми старшего дошкольного возраста**

на 2017-2018 учебный год

Цель данного плана предполагает разностороннее и гармоничное развитие и воспитание ребенка, обеспечение его полноценного здоровья, формирование убеждений и привычки к здоровому образу жизни на основе валеологических знаний, развитие разнообразных двигательных и физических качеств, укрепление психического здоровья детей и обеспечение их психологической безопасности.

Задачи:

Способствовать становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни;

Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья;

Способствовать развитию самостоятельности детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно-важных привычек;

Развивать умение избегать опасных для здоровья ситуаций, обращаться за помощью взрослого в случае их возникновения;

Развивать умение элементарно описывать своё самочувствие, умение привлечь внимание взрослого в случае неважного самочувствия, недомогания;

Обеспечивать сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

Сентябрь

«Ребенок и здоровье»

Формировать у детей представление о необходимости заботиться о собственном здоровье

Беседа «*Как я буду заботиться о своём здоровье*».
Знакомство с пословицами о здоровом образе жизни.

Октябрь

«Личная гигиена»

Развить у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур.

Беседа «*Чистота и здоровье*»

Дидактические игры и упражнения «*Таня простудилась*», «*Правила гигиены*».

Оформление папки-передвижки «*Как научить детей чистить зубы правильно*»

Ноябрь

«Полезные продукты»

Закреплять представления детей о пользе для человека овощей и фруктов; познакомить с приготовлением салата. Занятие *«Фрукты полезны взрослым и детям»*.

Беседа *«О здоровой пище»*.

Дидактические игры: *«Узнай и назови овощи»*, *«Разложи на тарелки полезные продукты»*.

Подвижная игра: Огуречик.

Декабрь

«Тело человека»

Познакомить детей с тем, как устроено тело человека, его организм.

Беседы об органах чувств и их значении в жизни человека *«Изучаем свой организм»*.

Рассматривание фотографий с описанием внешнего облика.

Дидактическая игра: собери тело человека.

Практикумы: *«Слушай во все уши»*, *«Смотри во все глаза»*. Семинар на тему *«Как организовать спортивный досуг ребенка в выходные дни»*.

Январь

«Опасные предметы»

Уточнить представления детей об источниках опасности в доме, о правилах пользования бытовой техникой.

Беседа *«Я знаю, что можно, что нельзя»*, *«Безопасность в нашей группе»*.

Дидактические игры: *«источники опасности»*, *«Игра – дело серьезное»*.

Февраль

«Ребенок на улицах города»

Закреплять представления детей о важном значении правил дорожного движения.

Беседа *«Всем ребятам надо знать, как по улице шагать»*, *«Если ты потерялся»*.

Подвижная игра: *«Цветные автомобили»*, *«Воробушки и автомобили»*.

Видеоматериал *«Незнайка в городе»*.

Оформление папки-передвижки *«Улица полна неожиданностей»*

Март

«Будем спортом заниматься»

Формировать устойчивый интерес к занятиям физкультурой и спортом; расширять и закреплять представления детей о пользе занятий спортом.

Занятие *«Здоровье в порядке, спасибо зарядке»*.

Беседа *«Кто спортом занимается»*.

Дидактические игры: *«Назови вид спорта»*, *«Назови спорт по показу»*.

Спортивный праздник *«Спорт нам нужен, мы со здоровьем дружим!»*

Апрель

«Врачи наши помощники»

Расширять представления детей о врачебной помощи, продолжать знакомить с профессией врача.

Беседа *«Мы были в гостях у врача»*.

Дидактические игры: *«Если кто-то заболел»*.

Развлечение *«Советы доктора Айболита»*.

Оформление папки-передвижки *«Как предупредить болезнь»*

Май

«Витамины и здоровый организм»

Расширять и закреплять представления детей о витаминах и их пользе.

Беседа *«Полезное- не полезное»*

Дидактические игры: *«Угадай на вкус»*, *«Назови правильно»*.

Развлечение *«Таблетки растут на ветки, таблетки растут на грядке»*.

Оформление папки-передвижки *«Таблетки растут на ветки, таблетки растут на грядке»*