



***МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ-ДЕТСКИЙ САД  
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 28 «КОЛОКОЛЬЧИК»  
РЕЖЕВСКОЙ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ.***



***РАЗРАБОТКА ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ  
ОСНОВ ЗОЖ  
В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ.***

***2016 год.***

**Тема дня: «Кто с закалкой дружит,  
никогда не тужит»**

**Алгоритм деятельности**

<b>В группе</b>	<b>В физкультурном зале</b>	<b>В музыкальном зале</b>	<b>На улице</b>
<p align="center"><b>Рассказ медсестры «Для чего нужны прививки?»</b></p> <p>Цель: продолжать знакомить с оздоровлением организма при помощи прививок, побороть чувство страха перед прививкой.</p> <p>Чтение стихотворения С.Михалкова «Я уколов не боюсь».</p> <p>Цель: показать детям значение прививки в выздоровлении человека.</p> <p>Беседа о микробах.</p> <p>Цель: в игровой форме дать детям представление о том какое влияние микроба оказывает на здоровье человека.</p> <p>Задачи: закрепить гигиенические навыки, правила пользования носовым платком.</p> <p>Беседа о</p>	<p align="center"><b>Знакомство со спортивным залом, организация п/и.</b></p> <p>Цель: познакомить детей с тем, какую роль играют физкультурные занятия в оздоровлении организма.</p> <p>Задачи: вызвать интерес к физкультурным упражнениям и подвижным играм.</p> <p>Физкультурный праздник «Что такое здоровье и как его преумножить».</p> <p>Цель: закрепит понятие «здоровье», расширить знания детей о профилактических мерах по предупреждению заболеваний и травм.</p> <p>Задача: развивать диалогическую речь, учить пользоваться накопленным</p>	<p align="center"><b>Музыкальное развлечение «Незванные гости грипп и простуда».</b></p> <p>Цель: в развлекательной форме напомнить о том, почему человек болеет.</p> <p>Задачи: вызвать интерес к оздоровительным процедурам, желание укреплять своё здоровье.</p>	<p align="center"><b>Беседа о пользе прогулки.</b></p> <p>Цель: вызвать у детей эмоциональный отклик на прогулку.</p> <p>Игровое упражнение «Помоги товарищу одеться на улицу».</p> <p>Цель: продолжать работу по закладыванию основ ЗОЖ у детей.</p> <p>Задача: учить оказывать посильную помощь друг другу.</p> <p>Сюжетная игра «Больница».</p> <p>Цель: закрепить навыки полученные от наблюдения за врачом и процедурной сестрой.</p> <p>Рассматривание книг о спорте.</p> <p>Цель: уточнить представления детей разных видов спорта, само понятие «спорт» о том для чего люди занимаются спортом.</p>

<p>солнышке, его целебных свойствах. Цель: познакомить с ролью солнца в оздоровлении организма. Задача: учить соблюдать технику безопасности при приеме солнечных ванн.</p> <p>Загадывание загадок. Цель: помочь детям определить пользу и вред природных воздействий на человеческий организм. Задача: закрепить простейшие способы закаливания (умывание прохладной водой, обливание ног водой контрастной температуры, солнечные воздушные ванны).</p>	<p>опытом.</p>		<p>Подвижная игра с мячом. Цель: закрепить знания о различных видах спорта, развивать ловкость при ловле мяча, активизировать словарь.</p> <p>Прием солнечных и воздушных ванн. Цель: доставить детям удовольствие от закаливающих процедур.</p> <p>«Как мальчик Вова решил закаляться» (сказка педагога). Цель: на примере сказки, придуманной педагогом, рассказать детям о пользе закаливания.</p>
---	----------------	--	---

**Тема дня: «Я и другие»**

**Алгоритм деятельности**

<b>В группе</b>	<b>В физкультурном зале</b>	<b>В музыкальном зале</b>	<b>На улице</b>
<p><b>Художественное творчество «Я и мои друзья».</b> Цель: выявить характер взаимодействия детей в группе при помощи рисунка. Задача: способствовать закреплению навыков по изобразительности, выражению в рисунке отношения к сверстникам. Игра малой подвижности «Улитка». Задачи: снять эмоциональное напряжение, агрессию и физическую импульсивность Чтение Г-Х. Андерсена «Гадкий утёнок». Задачи: развивать умение понимать чувства другого человека, бережно относиться к его здоровью. Словесная игра «Подарок для мамы».</p>	<p><b>Физкультурный досуг «Я и мои друзья».</b> Цель: прививать любовь к спорту. Задачи: развивать физические качества, умение гордиться своими достижениями и достижениями своих товарищей. Просмотр спортивных праздников в старших группах. Цель: прививать любовь к спорту и ЗОЖ. Задачи: заинтересовать, вызвать активное желание заниматься спортом.</p>	<p><b>Совместное развлечение детей и родителей «Знаем ли мы друг друга».</b> Цель: описать своих маму и папу выделяя особенности близких людей. Игра – драматизация «Кто есть кто». Задача: учить с помощью мимики и пантомимики передавать наиболее характерные черты персонажей сказки.</p>	<p><b>Игровая ситуация «Знакомство».</b> Задачи: воспитывать доброжелательное отношение к друг другу, умение организовывать совместные игры. Словесная игра «Я другой – мы разные». Задачи: учить быть внимательным, отличать мальчиков и девочек, видеть особенности других, выделяя себя в социуме. Игровая ситуация «Упал». Задачи: вызвать чувства сопереживания к товарищу, желание прийти на помощь. Спортивная игра «Смелые, сильные, ловкие». Цель: дать детям представление, что вместе мы сила, все делать легче и быстрее. Задачи: развивать двигательную активность,</p>

<p>Задачи: развивать симпатию по отношению к другому человеку – маме, научить делать приятное, радовать близкого человека.</p> <p>Беседа «Глаза – зеркало души».</p> <p>Задачи: развивать наблюдательность, видеть психофизическое состояние окружающих.</p>			<p>совершенствовать координацию движений, получать эмоциональный отклик от совместных действия полезных для здоровья.</p>
--	--	--	---

**Тема дня: «Правильное питание,  
витамины в нашем рационе»**

**Алгоритм деятельности**

<b><i>В группе</i></b>	<b><i>В физкультурном зале</i></b>	<b><i>В музыкальном зале</i></b>	<b><i>На улице</i></b>
<p align="center"><b><i>Беседа «Правильный приём пищи».</i></b></p> <p>Цель: формировать у детей понятие о ЗОЖ.</p> <p>Задачи: совершенствовать навыки поведения за столом, умение правильно пользоваться столовыми приборами, закреплять умение тщательно пережёвывать пищу, заботясь о своём здоровье.</p> <p>Практический опыт «Витамины на окне».</p> <p>Цель: предложить вырастить витамины на окне для себя и для попугайчика.</p> <p>Задача: закрепить названия зелени (укроп, петрушка и т.д.) полезной для человека и птиц.</p> <p>Дидактическая игра «Овощи и фрукты – полезные</p>	<p align="center"><b><i>Утренняя гимнастика «Здоровье в порядке – спасибо зарядке».</i></b></p> <p>Цель: совершенствовать работу основных групп мышц.</p> <p>Задачи: вызвать у детей эмоциональный отклик на физкультурные упражнения, желание заниматься ими постоянно для поддержания своего здоровья.</p> <p>Физкультурный досуг «Движение – это жизнь».</p> <p>Цель: прививать любовь к спорту, как к одному из критерий ЗОЖ.</p>	<p align="center"><b><i>Игра – инсценировка «Витаминки в гостях у ребят».</i></b></p> <p>Цель: помочь понять необходимость наличия витаминов в нашем питании.</p> <p>Задача: закрепить названия знакомых продуктов.</p> <p>Викторина для родителей «Знаете ли вы...».</p> <p>Цель: с помощью вопросов подвести родителей к выводу о здоровом о ЗОЖ в разных видах деятельности с детьми.</p>	<p align="center"><b><i>Развлечение «Лето красное – для здоровья время прекрасное».</i></b></p> <p>Цель: создать эмоционально радостное настроение от совместных действий. Довести до сознания детей мысль о том, что занятия спортом не только веселы, но и полезны, а само лето богато множеством витаминных продуктов.</p> <p>Подвижная игра «Умею – не умею».</p> <p>Цель: активизировать внимание детей на своих умениях и физических возможностях своего организма, отметить, что важную роль в этом играет правильное питание.</p> <p align="right">Индивидуальная</p>

<p>продукты».</p> <p>Задачи: закрепить названия овощей и фруктов, систематизировать знания о пользе данных продуктов в нашем рационе питания.</p> <p>Отгадывание загадок.</p> <p>Цель: конкретизировать знания детей о наиболее полезных продуктах.</p> <p>Задача: активизировать словарь и закрепить названия (лук, чеснок, лимон, апельсин).</p> <p>Игровое упражнение «Полезно – неполезно».</p> <p>Цель: конкретизировать знания о полезных продуктах.</p> <p>Чтение произведений К.И. Чуковского «Айболит», «Букварь здоровья» Л.В. Баль.</p> <p>Цель: помочь понять мысль произведений о ЗОЖ.</p> <p>Задача: вызвать желание к ЗОЖ.</p> <p>Художественное творчество «Витамины на нашем столе».</p> <p>Цель: через рисунок</p>			<p>работа по метанию.</p> <p>Цель: раскрыть физические способности каждого.</p> <p>Задача: вызвать желание хорошо есть, употребляя в пищу витамины.</p> <p>Сюжетная игра «Магазин полезных продуктов».</p> <p>Цель: формировать знания о правильном питании.</p> <p>Задачи: закрепить знания детей о полезных продуктах питания, развивать ролевое взаимодействие и диалогическую речь.</p>
--	--	--	---

<p>закреплять представления о естественных витаминах на нашем столе.</p>			
--	--	--	--

**Тема дня: «Знаю ли я своё тело»**

**Алгоритм деятельности**

<b>В группе</b>	<b>В физкультурном зале</b>	<b>В музыкальном зале</b>	<b>На улице</b>
<p><b>Беседа с врачом о гигиене тела.</b></p> <p>Цель: продолжать знакомить детей с правилами ухода за телом, как неотъемлемой частью, составляющей ЗОЖ.</p> <p>Игровое упражнение «Для чего нужны руки и ноги».</p> <p>Цель: продолжать знакомить с частями тела.</p> <p>Задачи: закрепить правильный уход за данными частями тела, умение бережно относиться к ним.</p> <p>Игра – драматизация «Почему у крокодила зубы болят».</p> <p>Задачи: закрепит знания детей о вредном влиянии микробов на разрушение</p>	<p><b>Физкультурный досуг «Моя красивая осанка».</b></p> <p>Цель: познакомит детей с понятием «осанка» и важностью её сохранения для здоровья.</p>	<p><b>Настольный театр «Зубики и конфетки».</b></p> <p>Цель: помочь понять детям, что зубы самая крепкая часть тела, но и они нуждаются в уходе и защите.</p> <p>Задача: закрепление навыков пользования зубной щёткой.</p> <p>Слушание музыки разных жанров.</p> <p>Цель: помочь понять детям, что различить музыку нам помогают органы слуха.</p> <p>Задача: воспитывать бережное отношение к данным частям тела.</p> <p>Игровое музыкальное упражнение «Отгадай, когда</p>	<p><b>Наблюдение «Кто как дышит».</b></p> <p>Задачи: дать понятие о том, что дышит не только человек, расширить знания детей о растениях, поглощающих углекислый газ, воспитывать бережное отношение к растениям, желание ухаживать за ними.</p> <p>Экскурсия в аптеку.</p> <p>Цель: познакомить детей с работой аптеки и аптекаря. Пояснить необходимость таблеток и витаминов в современном мире.</p> <p>Дидактическая игра «Полезно – вредно».</p> <p>Задачи: приучать беречь свои зубы, правильно ухаживать за полостью рта.</p> <p>Игра с мячом «Хорошо – плохо».</p> <p>Задача: закрепить знания о пользе и вреде для зубов.</p> <p>В гости к медсестре – пьём кислородный коктейль.</p> <p>Цель: продолжать</p>

<p>зубов, формировать практические навыки пользования зубной щёткой. Опыт с листочками. Цель: подвести к пониманию, что всё живое дышит.</p>		<p>человеку легче дышится». Цель: дать представление о благоприятных и трудных условиях для дыхания. Задачи: закрепить названия органов, участвующих в процессе дыхания, воспитывать желание ухаживать за ними, заботиться о своём здоровье.</p>	<p>напоминать детям о пользе витаминизированных продуктов. Подвижные игры «Найди то, что назову», «Пройди по дорожке». Задачи: показать значение зрения, дать почувствовать трудности при ориентировке в пространстве с закрытыми глазами, воспитывать заботливое отношение к своему телу и его частям.</p>
--	--	--	---

**Тема дня: «Здоровье. Безопасность.»**

**Алгоритм деятельности**

<b>В группе</b>	<b>В физкультурном зале</b>	<b>В музыкальном зале</b>	<b>На улице</b>
<p align="center"><b>Беседа «Ожоги и детские шалости с огнём».</b></p> <p>Цель: познакомить детей с тем, к чему приводят шалости с огнём.</p> <p>Задачи: помочь запомнить, что детям с огнём играть нельзя, это опасно для жизни.</p> <p>Дидактическая игра «Правила уличного движения».</p> <p>Цель: познакомить детей с тем, что порядок на улице соблюдается благодаря дорожным знакам.</p> <p>Настольная игра «Грязи — нет! И пыли — нет!»</p> <p>Цель: приучать детей помогать своим родным в работе по дому, учить совместной деятельности и общению, видеть необходимость чистоты для своего</p>	<p align="center"><b>Физкультурный досуг «Играем в домашних животных»</b></p> <p>Цель: познакомить детей с ролью домашних животных в нашем окружении.</p> <p>Задачи: закреплять основные виды деятельности (прыжки, лазание, ползание, бег), закрепить умение детей правильно вести себя с домашними животными: не убежать от собаки, не гладить незнакомых животных, не нападать в шутку на хозяина собаки, не трогать кошку или собаку, когда они едят, прививать навык обязательного мытья рук после общения с животными.</p>	<p align="center"><b>Музыкальный театр «Кошкин дом».</b></p> <p>Цель: понять смысл, что огонь может быть не только другом, но и врагом.</p> <p>Обучающая ситуация «Узнай себя»</p> <p>цель: научить детей оценивать свои поступки и поступки товарищей, сравнивая их с поступками персонажей литературных произведений.</p> <p>Задачи: поощрять стремление детей избавиться от недостойных привычек, подражать положительным героям.</p>	<p align="center"><b>Подвижная игра «Воробушки и автомобиль».</b></p> <p>Задачи: закрепление правил дорожного движения, знания сигналов светофора.</p> <p>Художественное творчество «Рисуем любимых животных».</p> <p>Цель: понять смысл осторожного обращения с любыми домашними животными.</p> <p>Задачи: закрепить названия животных, совершенствовать навыки полученные на занятиях, активизировать словарь и диалогическую речь.</p> <p>Индивидуальная работа «Чужая машина».</p> <p>Цель: продолжать учить детей заботиться о своём здоровье и безопасности.</p> <p>Задачи: помочь запомнить правила поведения с чужими людьми.</p>

<p>здоровья.          Дидактическая игра «Виды транспорта».          Цель: познакомить детей со спец. транспортом в помощь людям.          Задачи: закрепить названия машин (полиция, пожарная, скорая помощь, МЧС, аварийная газовая служба). Закрепить правила поведения в чрезвычайных ситуациях.</p>			<p>Наблюдение за машинами.          Цель: научить отличать специализированный транспорт от обычных проезжающих машин.          Задачи: закрепить правила поведения на улице.          Подвижная игра «Ручеёк».          Цель: расширить знания детей о безопасности на воде.</p>
--	--	--	--

