Утверждаю:
Заведующая МКДОУд/с «Березка» п. Такучет
Шамшина О.В.

Перспективный план
работы по формированию основ здорового образа жизни.
Средняя – старшая - подготовительная группа.
на 2018-2019 учебный год.

Месяц	*Тема*	*Цель*	*Виды и формы деятельности*
Сентябрь	«Я и моё тело»	Дать представления об устройстве тела человека. Стимулировать положительные эмоции, интерес к изучению своего организма. Формировать представление о связи двигательной активности и здоровья.	Д/игра «Кто что делает», «Умею- не умею» Цель: знакомство с функциями органов. Беседа «Я и другие люди» (внешние различия людей по возрасту, полу, росту, цвету волос, глаз и т.д.
Октябрь	«Витамины и полезные продукты»	Систематизировать представления детей об овощах и фруктах. Рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья человека.	Беседы: «шиповник укрепляет наше здоровье», «Не всегда вкусное полезное», «Щи да каша- пища наша», «Морковкина копилка», «Овощи и фрукты- полезная еда». Цель: рассказать о роли витамина «С» для укрепления защитных сил организма; закреплять представления детей о здоровой пище, о пользе для здоровья человека овощей и фруктов; познакомить с приготовлением салата.
Ноябрь	«Режим дня»	Сформировать представления о правильном режиме дня и пользе его соблюдения для здоровья. Закрепить последовательность действий утром, днём и вечером. Воспитывать желание соблюдать режим дня.	Беседы «Режим дня нашей группы», «Зачем нужно соблюдать режим дня?», «Режим дня в выходные дни», «Зачем детям нужно спать днём?» Цель: сформировать представление о режиме дня в группе, уточнить необходимость соблюдения режима дня для здоровья, научить рационально чередовать сон и период бодрствования. Дидактическая игра «Режим дня» Цель: закрепить у детей последовательность действий в течение