

Комплексно- тематическое планирование образовательной деятельности
по теме «Я здоровье берегу, сам себе я помогу».
(II младшая группа)

Цель:Создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья.

Задачи:

1. Систематизировать и расширять знания детей о здоровье человека и способах его укрепления;
2. Развивать у детей потребность в выполнении специальных профилактических мероприятий в повседневной жизни;
3. Способствовать закаливанию детского организма, развитие положительных привычек.
4. Воспитывать у детей волевые качества, уважительное и заботливое отношение к окружающим.

Итоговое мероприятие: *выпуск стенгазеты «Я здоровье берегу, сам себе я помогу».*

Совместная деятельность взрослых и детей		Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с семьями детей по реализации основной образовательной программы
Непосредственно образовательная деятельность	Образовательная деятельность в ходе режимных моментов		
ПОНЕДЕЛЬНИК			
<p>Познавательная деятельность: Тема: «Чистым быть приятно» Программное содержание: Уточнить значение понятия "здоровье". Воспитывать у детей желание заботиться о своём внешнем виде. Планируемый результат: Дети понимают , что необходимо заниматься физкультурой, соблюдать режим дня, закаляться, правильно питаться и тогда они будут здоровыми. Активно взаимодействуют со сверстниками. Предметно - практическая среда: Картинки с изображением людей с хорошим и плохим настроением. Предметы личной гигиены. Кукла</p>	<p>Прием: Вводная беседа: «На меня смотреть приятно, потому, что я опрятный» Утренняя гимнастика КГН «Знаем, знаем, да, да, да.В кране прячется вода. Выходи водица, мы пришли умыться». Прогулка: Рассматривание снега. Какой он? (рыхлый, мягкий, липкий и т.д.) - Постройки из снега по замыслу детей. - П/ игра «У медведя во бору...». - Игровое упражнение «пройди – не</p>	<p>Внести в центр «Домовница» куклы: чистую и грязную. Внести в центр настольные игры «Собери и угадай», «Исправь ошибку» Вынос детских лопаток на улицу. Внести атрибуты для</p>	<p>Обсуждение с родителями совместного изготовления газеты по теме недели. Изготовить памятку для родителей «Что</p>

<p>грязная.</p> <p>Д/игра "Чудесный мешочек." На ощупь угадывают предметы личной гигиены и рассказывают, для чего они предназначены и как ими пользоваться.</p> <p>Среда взаимодействия «взрослый-ребенок»: ситуативно-деловая; способ поддержки - поощрение.</p> <p>Среда взаимодействия «ребенок-ребенок»: эмоционально-практическая, ситуативный разговор, деятельность индивидуально-групповая.</p> <p>Среда отношения к миру, другим людям, к себе: Выражает свои эмоции, отвечает на вопросы, размышляет.</p> <p>Мотивация: Кукла Катя не здорова. Почему?</p> <p>Постановка цели: Как мы можем помочь ей? Что было бы, если б не было бы мыла? Как вы понимаете, что такое здоровье?</p> <p>Ход мероприятия:</p> <p>Беседа – рассуждения: Здоровье - это сила, красота, когда настроение хорошее и все получается. А сейчас поговорим о том, как мы можем сами себе помочь укрепить здоровье. Как вы считаете, что можете сами сделать для своего здоровья? Заниматься физкультурой, делать зарядку, закаляться, правильно питаться, соблюдать режим дня, следить за чистотой, употреблять в пищу витамины.</p> <p>Помощь и поддержка: словесное поощрение, посмотри на внешний вид своего друга.</p> <p>Организация контроля, самоконтроля: контроль за правильностью действий.</p> <p>Практическое применение результатов: В быту, в жизни, в играх.</p>	<p>упади» - упражнять детей в ходьбе по качающему бревну.</p> <p>- Трудовое поручение: сгребание снега к деревьям и кустарниками.</p> <p>КГН Покази кукле как надо аккуратно складывать одежду на стульчик.</p> <p>Вторая половина дня:</p> <p>Пробуждающая гимнастика после сна лёжа на кровати. Ходьба босиком по массажным коврикам.</p> <p>- Индивидуальная работа с детьми в спортивном уголке. Упражнение "кто ловкий?"</p> <p>- Чтение художественной литературы. А. Барто " Девочка чумазая".</p> <p>Вечерняя процедура: Круг, сбор информации: Что нового мы узнали сегодня? Что будем делать завтра?</p>	<p>дидактической игры «Чудесный мешочек».</p> <p>Внести в центр спорта атрибуты для игры-упражнения «Кто ловкий?».</p>	<p>значит группа здоровья?»</p>
--	--	--	---------------------------------

<p>Мониторинг индивидуальногоразвития: Ежедневное соблюдение гигиенических норм и правил.</p> <p><i>Двигательная деятельность по плану педагога.</i></p>			
ВТОРНИК			
<p><i>Музыкальная деятельность по плану педагога.</i></p> <p>Познавательная деятельность: Тема: «Полезные продукты» Программное содержание: Способствовать проявлению у детей интереса к здоровым и полезным продуктам. Планируемый результат: ребенок проявляет фантазию, активно взаимодействует со сверстниками. Предметно - практическая среда: две корзинки с вредными и полезными продуктами, мяч, наглядный материал. Среда взаимодействия «взрослый-ребенок»: сотрудничество совместно-индивидуальное, способ поддержки - поощрение. Среда взаимодействия «ребенок-ребенок»: деятельность индивидуально-групповая. Среда отношения к миру, другим людям, к себе: дети выражают свои эмоции, размышляют. Мотивация: Заяц Крош принес две корзинки с продуктами. Отгадывание загадок на тему: "Полезные продукты". Постановка цели: как вы думаете, в какой корзинке продукты полезные, а в какой вредные для здоровья? Отгадывание загадок.</p>	<p>Прием: Игра- беседа " Где живут витамины?" - Д. Игра " Овощи и фрукты." Утренняя гимнастика КГН «Расскажи медвежонку, как надо мыть руки». Упражнение для глаз (смотрим в окно в даль, затем смотрим на игрушку лежащую в близи). Прогулка Наблюдение за небом (облачное или ясное). - П/игры «Вот лежит лохматый пьес. В лапы свой уткнувший нос. ...». Упражнение «Попади в обруч снежком». - Трудовое поручение: подмети снег на веранде. КГН Правильное складывание одежды в кабинку. Вторая половина дня: Пробуждающая гимнастика после сна. - Игра- упражнение для профилактики плоскостопия " Я рыболлов" (На полу разноцветные рыбки из поролонa. Дети собирают их ногами и складывают в корзинку). - С.р. игра "Магазин вкусных и полезных продуктов."</p>	<p>Внести настольную игру "Кто чем питается?" Внести материал для д. игры " Овощи и фрукты." Игры с выносным материалом. Преобразование среды для игры " Рыболлов." Внести атрибуты к с. р. игре " Магазин вкусных</p>	<p>Беседа- консультация для родителей "Воспитание положительных привычек у детей." Принести картинкис изображением полезных продуктов для детей.</p>

<p>Ход мероприятия: Игра в кругу с мячом. Вспомните и назовите, какими полезными продуктами вас кормят в детском саду и дома. - М/подвижная игра "Съедобное и несъедобное» Помощь и поддержка: напоминание, словесное поощрение. Организация контроля и самоконтроля: Контроль за правильностью произношения новых слов. Практическое применение результатов: В быту, в играх. Мониторинг индивидуального развития: Снижение заболеваемости внутри коллектива группы.</p>	<p>Чтение художественной литературы К. Чуковский "Мойдодыр." Вечерняя процедура: Круг, сбор информации: Чем занимались сегодня, что будем делать завтра.</p>	<p>и полезных продуктов " .</p>	
СРЕДА			
<p>Речевая деятельность: Тема: «Надо-надо умыться по утрам и вечерам» Программное содержание: В игровой форме формировать навыки сотрудничества детей друг с другом. Планируемый результат: активно взаимодействуют со сверстниками, проявляют инициативу, задают и отвечают на вопросы. Предметно-практическая среда: кукла чумазя, таз с водой, мыло, мочалка, расческа для куклы. Среда взаимодействия «взрослый-ребенок»: способ поддержки - поощрение , совместно-индивидуальное сотрудничество. Среда взаимодействия «ребенок-ребенок»: деятельность индивидуально- групповая. Среда отношения к миру, другим людям, к себе: выражают свои эмоции, делятся</p>	<p>Прием: Беседа «Почему нужно много двигаться?» (чем полезна зарядка, игры на свежем воздухе, занятие спортом и т. д.) Утренняя гимнастика: Упражнение для глаз "Куда смотрят глазки?" КГНУ упражнение «Помоги зайке одеться по погоде на прогулку» Прогулка: Наблюдаем за птицами, прилетающими на участок. П/ игры «Лыжня», «Золотые ворота." Самостоятельные постройки из снега. КГН Кот Барсик лакает молоко из блюдца. Брызги летят в разные стороны. Давайте покажем ему, как надо кушать за столом не пачкая все вокруг. Прослушивание классических музыкальных произведений перед сном.</p>	<p>Внести атрибуты для игры с персонажем. Игры с выносным материалом.</p>	<p>Оформление уголка здоровья или информационный стенд для родителей " Здоровье ребенка - наша общая забота." Повторить и заучить с детьми стихи для малышей: Приучай себя к порядку - Делай каждый день зарядку, Смейся веселей,</p>

<p>впечатлениями.</p> <p>Мотивация: Чтоб расти нам сильными, Ловкими и смелыми, Ежедневно по утрам Мы зарядку делаем. Приседам и встаем, Все ничуть не устаем. Чтобы быть здоровыми, с чего надо начинать каждое утро? А с какой процедуры мы еще начинаем утро? (Рассматривание картинок по теме.)</p> <p>Постановка цели: как вы думаете, бывают дети, которые не умываются?</p> <p>Ход мероприятия: Появляется персонаж: девочка Чумазя. Воспит.- ль: Ах ты, девочка Чумазя. Где ты руки так умазала? Черные ладошки, на локтях дорожки. Дев. Чумазя: Я на солнышке лежала, руки к верху держала- вот они и загорели. Вос- ль: Ах ты, девочка Чумазя. Где лицо ты так умазала? Кончик носа черный будто закопченный. Дев. Чумазя: Я на солнышке лежала, носик к верху я держала- вот он и загорел. Восп.- ль: Ой, ли так ли дело было? Отмоем все до капли. А дети мне помогут.Что нужно для этого? (Ставится таз с водой, мыло, мочалку, полотенце, расческу). Дети начинают мыть кукле руки. Девочка Чумазя сопротивляется и кричит: не трогайте ладошки, они не будут белые- они же загорелые. А ладошки то отмылись! Дети приводят куклу в порядок, расчесывают, заплетают.</p>	<p>Вторая половина дня: Гимнастика после сна: Упражнения, лежа на кровати. Профилактика плоскостопия – ходьба по массажным коврикам. Комплекс приемов самомассажа для детей. Чтение художественной литературы И. Семенов "Как стать Неболейкой".</p> <p>Вечерняя процедура: Круг, сбор информации: Что запомнилось и понравилось сегодня? Что будем делать завтра?</p>	<p>Внести атрибуты для с. р. игры "На стадионе."</p>	<p>Будешь здоровей.</p>
--	--	---	-------------------------

<p>Помощь и поддержка: Повторение знакомых действий по аналогии.</p> <p>Организация контроля и самоконтроля: Отслеживание за правильностью выполнения действий.</p> <p>Практическое применение результатов: В быту, в жизни, в играх.</p> <p>Мониторинг индивидуального развития: Помощь друг другу при выполнении культурно-гигиенических навыков.</p> <p><i>Двигательная деятельность по плану педагога.</i></p>			
ЧЕТВЕРГ			
<p>Художественно – эстетическая деятельность:</p> <p>Тема: «Чудо-дерево» (аппликация)</p> <p>Программное содержание: развивать умение составлять композицию из предложенных форм; учить детей пользоваться клеем: набирать на кисточку, удаляя излишки клея, намазывать клей на бумагу; воспитывать аккуратность, внимание.</p> <p>Планируемый результат: умеют составлять композиции из предложенных форм, проявляют аккуратность и внимание.</p> <p>Предметно-практическая среда: клей, кисточки, салфетки.</p> <p>Среда взаимодействия «взрослый-ребенок»: способ поддержки - поощрение, совместное сотрудничество.</p> <p>Среда взаимодействия «ребенок-ребенок»: деятельность групповая.</p> <p>Среда отношений к миру, к себе, другим</p>	<p>Прием: Беседа "Я здоровье сберегу, сам себе я помогу."</p> <p>Заучивание пословиц и поговорок о спорте:</p> <p>Двигайся больше - проживёшь дольше.</p> <p>Движение - спутник здоровья.</p> <p>Если хочешь быть здоров - закаляйся.</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <p>Д/и. "Туалетные принадлежности."</p> <p>КГН Правила поведения за столом.</p> <p>Прогулка: Наблюдение за снежным покровом.</p> <p>- П/игры «Гуси, гуси-га, га, га. ...»</p> <p>- Опыт. «Снег- какой он? (набрать снег, принести в группу, посмотреть что с ним произойдет)».</p> <p>- Прослушивание классического музыкального произведения перед сном.</p> <p>Вторая половина дня:</p> <p>Гимнастика после сна:</p>	<p>Внести д/ игры «Что не так», «Отгадай по картинке».</p> <p>Внести материал для свободного рисования.</p>	<p>Консультация для родителей "Правила закаливания детей дома."</p>

<p>людям: выражают свои эмоции, делятся впечатлениями.</p> <p>Мотивация: чтение стихотворения "Чудо дерево" К.И.Чуковский.</p> <p>Постановка цели: станем «садовниками» здоровья, и «вырастим чудо-дерево».</p> <p>Ход мероприятия: На ватмане нарисовано дерево. Дети выбирают картинки с полезными и нужными вещами и приклеивают.</p> <p>Помощь и поддержка: Показ способа действия, словесное поощрение.</p> <p>Организация контроля и самоконтроля: Способ контроля над правильностью действий.</p> <p>Практическое применение результатов: Организация выставки детских работ.</p> <p>Мониторинг индивидуального развития: Создание образов разных предметов и применение их в разных играх.</p> <p><i>Музыкальная деятельность по плану педагога.</i></p>	<p>- Дыхательная гимнастика «Летят мячи». Профилактика плоскостопия – ходьба по массажным дорожкам.</p> <p>- Д.и. "Угадай ,что изменилось?"</p> <p>- Упражнение." Полоса препятствия."</p> <p>- Чтение художественной литературы. Г. Зайцев "Приятного аппетита", "Крепкие, крепкие зубы."</p> <p>Вечерняя процедура: Круг, сбор информации:Беседа «Что мы узнали за день?Что нас ожидает завтра?»</p>	<p>Внести атрибуты для игры в спортивном уголке.</p>	
ПЯТНИЦА			
<p><i>Художественно-эстетическая деятельность:</i></p> <p>Тема: «Платочек для Машеньки» (рисование)</p> <p>Программное содержание: Учить детей правильно держать кисть, убирать лишнюю воду с кисточки и набирать краску только ворсом.</p> <p>Планируемый результат: проявляют творческие способности, фантазируют, доводят до конца начатое дело.</p> <p>Приемы рисования: полоски и точки. Рука с кистью движется в направлении сверху- вниз и</p>	<p>Прием. Музыкальная психотерапия "Формула радости."</p> <p>Утренняя гимнастика</p> <p>КГН Д.и. "Подбери зубную щетку к стаканчику."</p> <p>ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ</p> <p><i>Совместное рассматривание и обсуждение стенгазеты «Я здоровье берегу сам себе я помогу».</i></p> <p>Прогулка: наблюдения за погодой, закрепить знания о сезонных изменениях в природе.</p>	<p>Внести в групповую комнату звукозапись для прослушивания.</p> <p>Внести материал в центр художественного творчества.</p>	<p>Обсуждение итогового мероприятия.</p>

<p>слева- на право.</p> <p>Мотивация: Лег в карман и караулю-Реку, плаксу и грязнулю. Им утру потоки слез, Не забуду и про нос (носовой платок).</p> <p>Постановка цели: давайте нарисуем платочек для Машеньки.</p> <p>Предметно-практическая среда акварельные краски, кисточки, бумага , салфетки.</p> <p>Среда взаимодействия «взрослый- ребенок»: форма общения ситуативно - личностная, сотрудничество совместно-индивидуальное,</p> <p>Среда взаимодействия «ребенок-ребенок»: деятельность индивидуальная.</p> <p>Среда отношения к миру, другим людям, к себе: делятся впечатлениями, размышляют, выражают свои эмоции.</p> <p>Ход мероприятия: В гости к детям пришла кукла Маша, грустная, почему? Потеряла платочек. Как помочь? - Рисование «Платочек для куклы Маши».</p> <p>Помощь и поддержка: Показ способа действия.</p> <p>Организация контроля и самоконтроля: Способ контроля за последовательностью выполнения действий.</p> <p>Практическое применение: В жизни, в быту, в играх, в семье.</p> <p>Мониторинг индивидуального развития: Создает образы разных предметов, используя знакомые приёмы рисования.</p> <p><i>Двигательная деятельность по плану педагога на улице.</i></p>	<p>- П/и «Веселый паровозик».</p> <p>- Уборка снега на участке.</p> <p>- Релаксация перед сном-прослушивание музыкальных композиций.</p> <p>Вторая половина дня: Гимнастика после сна. Профилактика плоскостопия- игра "Рыбалов." Профилактика плоскостопия – ходьба по массажным коврикам.</p> <p>- С.р. игра "К нам пришел доктор Пилюлькин." - Чтение художественной литературы К. Чуковский "Айболит".</p> <p>Вечерняя процедура: Круг, сбор информации: Беседа «Что запомнилось на этой неделе?»</p>	<p>Игры с выносным материалом.</p> <p>Внести атрибуты для с. р. игры.</p>	
--	---	---	--

Приложение

Слушайте классическую музыку в качестве музыкальной психотерапии (музыкотерапия) по мере необходимости.

1. Для уменьшения раздражительности, разочарования и для повышения чувства бренности жизни и своей принадлежности к большой жизни природы, частью которой вы являетесь.

И.Бах: "Кантата №7"; Бетховен: "Лунная соната"; Прокофьев: "Соната Ре"; Франк: "Симфония Ре-минор".

2. Для уменьшения чувства тревоги, неуверенности в благополучном конце происходящего.

Шопен: "Мазурка и прелюдии"; Штраус: "Вальсы"; Рубинштейн: "Мелодия".

3. Для общего успокоения, умиротворения и согласия с жизнью в том виде, какая она есть.

Бетховен: "Шестая симфония 2-я часть"; Брамс: "Колыбельная"; Шуберт: "Аве Мария", "Анданте из квартета"; Шопен: "Ноктюрн соль-минор"; Дебюсси: "Свет луны".

4. Для уменьшения злости, зависти к успехам других людей.

И. Бах: "Итальянский концерт"; Гайдн: "Симфония"; Сибелиус: "Финляндия".

5. Для уменьшения головной боли связанной с эмоциональным перенапряжением.

Бетховен: "Фиделио"; Моцарт: "Дон Жуан"; Лист: "Венгерская рапсодия № 1"; Хачатурян: "Сюита Маскарад"; Гершвин: "Американец в Париже".

6. Для поднятия общего жизненного тонуса: улучшения самочувствия; повышения активности; улучшения настроения.

Бах: "Прелюдия и fuga Ми-минор"; Бетховен: "Увертюра Эгмонт"; Чайковский: "Шестая симфония 3-я часть"; Шопен: "Прелюдия", Оратория №28, №1"; Лист: "Венгерская рапсодия №2".