Содержание валелогических

знаний в дошкольном возрасте

(Младшая группа)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Тема | Тема занятия, цели, содержание | Игры и приемы | |
| Сентябрь | Человек | «Ручки, ножки, огуречик –  вот и вышел человечек» Диагностика культурно-гигинических навыков. Закрепление знания частей тела (голова, руки, ноги, туловище, шея), ориентировка на себе. | «Дорисуй человечка» (дорисовать недостающие части тела). Собери человека из счетных палочек, геометрических фигур, природного материала, веревочек. «Нос, нос, нос (покажи, что назову). «Где же наши ручки?» (муз. игра). «Деревянная / тряпичная кукла». | |
| Октябрь | Кожа, лицо, руки | «Водичка, водичка, умой мое личико!» (1). Закрепление названий частей лица (рот, нос, глаза и уши). Закреплять последовательность мытья рук (знакомство с алгоритмом мытья рук и вынесение его в умывальную комнату). Разучивание «Трех «золотых» правил» мытья рук: перед едой, после туалета и прогулки. Расширять и активизировать словарь: мыло, мыльная пена, намылили, смыли, душистое, розовое, белое, мыльница, вода – чистая, теплая, холодная. | Сюжетно-ролевые игры: «Семья», «Детский сад». Внесение мыла, полотенца. Игры –  экспериментирование «Веселые путешественники», «Веселые кораблики», «Нырки», «Вот какая пена», «Ловкие пальчики», игры с губами, переливание воды, игры с резиновыми игрушками в воде. Пальчиковые игры с названием пальцев. «Собери лицо» (из геом. фигур, счетных палочек, веревочек, природного материала), «какое мыло?», «что в мыльнице?» | |
| Ноябрь | Одежда, обувь | «Оденем куклу на прогулку» (1). Закреплять знания об одежде и обуви, последовательности одевания. Воспитывать желание ходить в чистой, аккуратной, удобной одежде и обуви. Знакомить с назначением и видами обуви: для помещения - тапки с задником и на каблуке, в холодную погоду – теплые сапоги, в мокрую погоду –  резиновые сапоги, для музыкальных занятий – чешки. Внесение календаря одежды в группе и на прогулке. | Сюжетно-ролевая игра «В гостях у матрешки». Ситуация – «Будем заваривать чай». Общение –  «Поможем кукле» (кукла упала, порвала платье). Лото – «Одежда», «Обувь». «Одень куклу» – бумажный вариант. | |
| Декабрь | Нос, рот, уши | «Кукла Таня простудилась» (2,3). «Кукла заболела» (1). Закреплять знания о бережном отношении к своему здоровью. Обращать внимание на правильное дыхание через нос. Что любит нос? (Чистый платок.) Закрепление знаний об охране ушей (теплая шапочка, платок от ветра и мороза); нельзя засовывать предметы в нос и уши. | Сюжетно-ролевая игры –  «Врач», «Семья», «Детский сад». Общение – «Мы стираем платочки», «Я и детский сад», «Я и дети». Ознакомление с трудом врача. Упражнение дыхательной гимнастики: подуй на листочек, чтобы он долго шевелился; дыхание с задержкой; «кастрюля с кашей» -  коротки резкие выдохи. Подвижные игры: «Пузырь», «Мячик и насос», «Что звучит» (узнавание разнообразных звуков - бытовые, музыкальные, звуки животных) «Кто позвал». Работа с пиктограммами (веселье, грусть). Какая музыка, какие стихи? Как порадовать мишку, зайку? |
| Январь | Волосы | «Мы моем свои расчески» (2). Закрепление навыков ухода за волосами (расчесывание после сна, по мере необходимости, стрижка волос, мытье волос шампунем). Знакомим с правилом: расчесываться можно только своей расческой. | Сюжетно-ролевые игры –  «Парикмахерская», «Семья». Ознакомление с трудом парикмахера. Ситуации: «Завяжем куклам бантики», «Расчешем куклам волосы», «Что нам надо для мытья волос» (рассматривание картинок или предметов). |
| Февраль | Зубы | «Чтобы зубы не болели» –  закреплять правила ухода за зубами. Познакомить с правилами: полоскать рот, чистить зубы, показывать их доктору, есть больше свежих овощей и фруктов. Обучить детей навыками полоскания рот после еды. | Сюжетно-ролевая игра «Врач». Практические упражнения на формирование и закрепление навыка полоскания рта после еды. Познакомить с зубной щеткой и пастой. Объяснить, что дети чистят зубы щетками и зубной пастой только для детей. |
| Март | Питание | «Научим Чебурашку правильно и красиво сервировать стол». Дать детям знания о том, что из продуктов есть полезно, что можно есть в большом количестве, что можно есть с соблюдением правил ограничения. Закреплять правила поведения за столом: есть аккуратно, пользоваться ложкой, вилкой, и салфетками, нельзя пользоваться столовыми приборами родителей, друзей. | Сюжетно-ролевая игра –  «Семья». Ознакомление с трудом повара. «Что ты съел?» – игра вслепую (Определить с закрытыми глазами на вкус яблоко, печенье, булку, хлеб, огурец и т.д.) Логические цепочки –  большое/маленькое яблоко, конфетки и т.д. «На что похоже» – графическое изображение посуды. |
| Апрель | Настроение | «Наши хорошие поступки» (2). Закрепить связь между хорошими поступками людей и настроением у окружающих нас взрослых, родных, друзей. Установить связь между эмоциями и цветом | Общение – «За что меня можно похвалить», «Я и моя бабушка, сестричка, друг...». Работа с пиктограммами – «Подари цвет радости солнышку, для хмурой тучки», «Собери веселое/грустное лицо» (из геометрических фигур, палочек, природного материала, веревочек. «Дорисуй» (обводка геометрических фигур и их дорисовывание). «Найди к веселой девочке веселого мальчика». |
| Май | Кожа (тело, ноги, руки) | «Научу Хрюшу умываться» (Д/В, 1991, № 5, с. 12). Закреплять знания об уходе за всеми частями тела. Закреплять знания о том, что у полотенец разное назначение – для рук, ног, тела. Развитие сенсорных ощущений. | Сюжетно-ролевая игра –«Семья» (внесение мыла). Различение полотенец по величине – для тела и рук. Игры с мылом – на закрепление названий (словообразование). «Чем я моюсь» – набор различных мочалок, щеток, порошков и т.д. Ребенку надо выбрать только те предметы, которые он использует при купании или мытье рук. «Какая вода?» – определение качеств воды (теплая, чистая, прозрачная, спокойная и т.д.) |

СРЕДНЯЯ ГРУППА

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Тема | Тема занятия, цели, содержание | Игры и приемы |
| Сентябрь |  | Диагностика сформирование культурно-гигиенических навыков |  |
| Октябрь | Человек | Закрепление материала младшей группы Сравнение частей тела у человека и животных (2 ноги – 4 лапы, хвост, ногти – когти, копыта и.т.д.) | Игры младшей группы «Нос, нос, нос» – упражнение на внимание (воспитатель называет один орган тела, а показывает другой, дети должны показать тот орган, который называет воспитатель) «Обведи и дорисуй» – по трафарету – круг + треугольник, круг + квадрат «Нарисуй семью по трафарету» «Нарисуй и дорисуй своего друга» Обведение рук и ступней для игры «Как я росту» Вопросы к разговору с детьми о себе: как тебя зовут (имя, фамилия), сколько тебе лет, где ты живешь (домашний адрес), что ты умеешь делать, какие органы у тебя есть? Рассматривание фотографий семьи. Беседа на тему «Моя семья» Сравнение частей тела у людей и животного «Собери из геометрических фигур животное» Подготовка карточек для сюжетно-ролевой игры «Врач» Игры со светом (по плану-программе) |
| Ноябрь | Лицо (глаза, ресницы, брови, нос, рот, уши) | Закрепление знаний о частях тела, об уходе за ними, об их назначении | «Что изменилось», «Что художник неправильно нарисовал» – игры на внимание «Найдите такого же цвета» «Найди оттенки» Артикуляционная гимнастика «Кто как говорит» «Игры со стеклами», «Игры со звуками» – по плану-программе |
| Декабрь | «Уроки вежливости» | «Чем можно продавать маму9» (3) «Поищем и найдем волшебные слова» (4) «Письма доброго сказочника» (2) «Встреча с добрыми хорошими людьми» Побуждать детей к добрым поступкам. Формировать навыки вежливого и культурного и культурного поведения: Закрепить связь между  вежливым поведением и эмоциональным состоянием человека | Упражнение психогимнастики: «Жадный пес», «Злюка», «Гроза», «Смелый заяц», «Ласка», «Удивление», «Король Боровик не в духе», «Лисенок боится», «Вежливые прятки» Рассматривание картинок на темы: «Почему рассердилась (обрадовалась) мама» «Почему поссорились друзья» |
| Январь | Кожа (ногти, волосы) | Воспитывать понимание того, что окружающие люди одобряют действия, связанные с  соблюдением правил гигиены. Закреплять знание об уходе за кожей, волосами, ногтями, во время мытья рук учить соблюдать правила «чистюль» | Сюжетно-ролевые игры –  «Салон красоты», «Врач» Дидактические игры и упражнения – «Что мне нужно для ухода за волосами (ногтями, руками, телом)». «Какое полотенце?» (махровое, вафельное, личное, ножное, банное, кухонное). Оформление выставок бантиков, заколок, обручей, расчесок. «Советы чистюль» (карточки моделей – длинные ноги, грязные руки, непричесанные волосы и т.д.). Игры с водой, мыльной пеной (план-программа). «Какого цвета волосы?» |
| Февраль | Питание (желудок) | Закрепление знания о строение своего организма, необходимость органов воспитывать заботливое отношение к себе (следить за тем, чем питаешься) | Сюжетно-ролевые игры «Столовая», «Угадай, что съел» (2) Упражнение психогимнастики «Вкусные конфеты» |
|  |  |  | Беседа с детьми «Зачем нужен желудок?» Дидактические игры и упражнения и упражнения «Вредно – полезно» (выбрать картинки с полезными продуктами – овощи, фрукты, молочные) Ситуации –  «Когда и как полезно есть», «как правильно сидеть за столом во время приема» |
| Март | Зубы | Закрепить знания о назначении зубов, об уходе и поддержании их в здоровом состоянии органов | Сюжетно-ролевые игры «Больница» , «У зубного врача» Ситуации – «Нас лечит врач» (стоматолог, медсестра)  Ознакомление с трудом стоматолога Беседы – «Зачем человеку зубы», «Что полезно, что вредно для зубов», «Когда нужно ходить к зубному врачу», «Как себя вести на приеме у зубного врача» Психогимнастика –  «Вкусные конфеты», «Вкусное варенье» Артикуляционная гимнастика – упражнение для языка Практические упражнения по обучению способам ухода за зубами. Ознакомление с алгоритмом чистки зубов Речевые игры – на словообразование – «Какая паста?» Учить различать детскую зубную щетку от взрослой |
| Апрель | Как я дышу (нос, рот) | Закреплять знания об охране органов дыхания: Не кричать на морозе, не дышать ртом, вдыхать воздух носом | Сюжетно-ролевая игра «Доктор» (использование карточек с вариантами лечения органов дыхания –  капли в нос, полоскание горла, теплые шапочки, резиновые шапочки для купания) Беседы – «Как я дышу», «Почему заболело горло?», «Как можно лечить горло?» |
| Май | «Дружим со спортом» (сердце, ноги, руки) | Закрепление знании о том, зачем нужны сердце,  ноги, руки.  Закрепить знания о способах тренировки этих  органов | Игровые упражнения «Выбери платок» познакомить с разными  видами платков – носовой, головной, косынка, кружевной); игры с носовым  платком (трансформации по типу Воскобовича «Волшебный квадрат»)  Наблюдение и сравнение следов ребенка и взрослого на песке. Учить различать следы животных – кошки,  собаки, птицы  Беседа «Хочу быть как папа»  Упражнения на развитие силы рук и ног, на развитие мелкой моторики (пальчиковые игры)  Познакомить с названием пальцев на руках и ногах  Слушание работы сердца в состоянии покоя и после нагрузки. |

СТАРШАЯЯ ГРУППА

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Тема | Тема занятия, цели, содержание | Игры и приемы |
| Сентябрь | Настроение | Использование моделей, пиктограмм, психогимнастики. Диагностика Сформированности культурно-гигиенических навыков, материала по средней группе | Организация и проведение совместной деятельности |
| Октябрь | Человек | Закрепить знания об общих признаках отличия людей друг от друга: возраст, пол, профессия. Закрепить знания о семье, о том, кто на кого в семье похож по внешним признакам. Дать понятия: Тень, отражение в зеркале, воде, стекле. Закрепить понятие «родственники» | Психогимнастика «В магазине зеркал», «Тень» Игры: «Найди свою тень (или друга, воспитателя, знакомого)», «Отражение», «Мы разные» (закрепление отличия между людьми) Игровые задания «Закрась тень (отражение)» Создание и рассматривание семейных альбомов |
| Ноябрь | Человек | Дать знания о внутренних и наружных органах человека. Сформировать понятия об отличии живого от неживого (рост, питание, дыхание, размножение). Закрепить знания о потребности человека в дыхании, питании, росте | Моделирование признаков отличия живого от неживого. Логические цепочки – «Стадии развития живого» (Растений, птиц, животных, рыб) Игра «Подари картинку» (по праздникам – живое, неживое) |
| Декабрь | Глаза | Закрепить знания о назначении и возможности глаз. Познакомить со строением глаза – веки, ресницы, брови, белок, радушная оболочка, зрачок | Игры на развитие зрительного внимания, памяти, цветоощущения, световосприятия, глазомера Игры: «Кто как видит» (ознакомление с органом зрения у животных), «Что мы можем с помощью глаз», «Внимание опасность!», «помощники глазам», «Собери модель глаза», |
|  |  |  | «Какого цвета глаза», «Назови человека по цвету глаз», «Что художник неправильно нарисовал?», «Кто видит глаза в темноте» |
| Январь | Уши, нос | Закрепить знания о назначении ушей, носа. Познакомить со строением ушей (ушная раковина, слуховой проход, перепонка, мочка, соединительная трубка (уши + нос). Познакомить с ролью слуха в освоении человеком речи. Познакомить с правилами ухода за ушами и носом. Познакомить с правилами охраны органов слуха и дыхания. | Сюжетно-ролевая игра «Больница» – внесение атрибутов к мини-игре «На приеме у ЛОРа», обыгрывание сюжетов Игры: «Скок, скок, скок – угадай, чей голосок», «Услышь и запомни» –  распознавание бытовых и природных звуков, «Какое настроение» – по внешнему виду ушей у кошек определяют ее настроение, «Чьи уши9», «Чей нос?» – по внешнему виду ушей или носа определить животное, «Чемпионы слуха» среди животных, «Где мы были, мы не скажем, а что делали – покажем», «Умеют руки говорить», «Помощники ушам», «Выбери полезные вещи для ушей», «что полезно, что вредно?» Познакомить с точным массажем ушных раковин Речевая игра: «Опиши, где находиться уши» Беседа с детьми «Какой врач лечит уши» |
| Февраль | Рот | Закрепить знания о питании, полезной и вредной пищи. Познакомить с ролью продуктов в развитии и росте организма человека (кости). Познакомить с болезнью аллергия (пищевая). Познакомить с ролью органов рта в формировании речи | Сюжетно-ролевая игра «Семья» – приготовление обеда  Игры: «Какой вкус?», «Что для чего полезно?», «Что чувствует мой язык?» Беседы с детьми «Что я знаю о себе» (на выявление знаний об аллергической предрасположенности детей). Упражнения артикуляционной  гимнастики «Учусь правильно и красиво говорить» – игры со словами |
| Март | Зубы | Закрепить знания о назначении зубов у человека и животных. Познакомить с классификацией животных на основе строения зубов. Закрепить знания о том, что полезно зубам | Сюжетно-ролевая игра «Больница» – внесение атрибутов к мини-игре «на приеме у стоматолога», обыгрывание сюжетов Игры: «Какие зубы», «Что полезно для зубов» Внесение алгоритма ухода за зубами (в игровую зону и в умывальную комнату), познакомить с мерками для определения типа зубной щетки – детская или взрослая Организация выставки «Принадлежности для ухода за зубами» Беседы с детьми: «Что мне нужно для ухода за зубами», «на приеме у стоматолога», «Что будет, если не будешь каждый день чистить зубы?» |
| Апрель | Кожа, ногти, волосы | Закрепить знания о возможностях и назначении кожи у человека и животного. Познакомить с правилами ухода и защиты кожи. Дать знания об активных точках на ступнях, познакомить с массажерами и их назначением | Игры: «Определи, какая кожа», «Правила здоровой кожи» Беседы с детьми: «Как ухаживают за кожей животные», «Что чувствует кожа» (боль, тепло – холод, качество предметов), «Самые грязные места на моем теле», «Сколько раз я мою руки», «как часто моюсь в ванной» Познакомить с элементами самомассажа |
| Май | Айболит | Закрепить знания об охране своего организма от травм, простуд. Познакомить с правилами поведения во время болезни | Сюжетно-ролевые игры: «Семья» – приготовление фиточая, «Больница» Познакомить с алгоритмом обработки ран, ссадин Беседы с детьми: «Правила поведения во время болезни», «Что делить, если промочил ноги», «как одеваться летом, зимой, в помещении и  На улице», «Как укрепить себя и свое здоровье» (роль закаливания, утренней гимнастики, занятий физкультурой и спортом, фито- и витаминных чаев), «Как я должен себя беречь» |

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | | Тема | | Тема занятия, цели, содержание | Игры и приемы |
| Сентябрь | |  | | Диагностика знаний и сформированности культурно-гигиенических навыков |  |
| Октябрь | | Человек | | Закрепить знания о том, кто такой человек, кого можно назвать человеком. Закрепить знания об отличии живого от неживого, чем все живое отличается от людей. Познакомить с расовым и национальным отличием людей | Беседы с детьми: «Мы разные» (знакомство с разными национальностями и расами), «какой я человек», «Что означает мое имя» |
| Ноябрь | | Питание | | Закрепить знания о значении пищи в жизни всего живого. Формировать понятие «правильное питание» (питаться во время, полезные продукты, поведение за столом). Познакомить с правилами ухода за органами системы выделения | Беседы с детьми: «Путешествие бутерброда», «Как ухаживать за органами выделения», «Почему мне нельзя апельсин», «Сколько я ем и пью», «Почему в жаркий день надо пить». Игры из темы «Зубы» Рассматривание моделей пищевода, кишечника, желудка |
| Декабрь | | Дыхание (нос) | | Закрепление знания о системе дыхания у человека. Закрепить знания об охране органов дыхания. Познакомить с системой дыхания у животных. | Упражнение на развитие и формирование правильного дыхания, глубокого дыхания, поверхностного дыхания, дыхания с задержкой, речевого дыхания. Беседы с детьми «Почему на морозе нельзя дышать ртом, петь, кричать» Игры на закрепление названий органов дыхания у животных (хобот, жабры, дыхало...), «Чей нос?» |
| Январь | | Сердце | | Дать знания о значении сердца в жизни человека и животных. Дать знания о тренировке сердца, о роли спорта и физкультуры в тренировке сердечной мышц. Формировать у детей основы правильного образа жизни | Беседы с детьми: «вижу дым от сигарет, мне в том доме места нет», «О вреде здоровью от курения, алкоголя, переедания» Мини – тренировки «Тренируемся вместе» |
| Февраль | Мышцы, скелет | | Дать знания о назначении мышц и скелета. Дать знания о тренировке мышц, о роли спорта и физкультуры в тренировке опорно-двигательного аппарата и формировании мышц | | Конструирование – «Проволочный человек», «Тряпичные куклы» Психогимнастика Тряпичные, деревянные куклы» Упражнения пальчиковой гимнастики для формирования свода стопы, для развития мимических мышц лица Игры «Подбираем пищу, полезную для опорно-двигательного аппарата» |
| Март | Мозг | | Дать знания о назначении мозга и его роли в жизни человека. Дать знания о роли органов чувств в работе мозга. Познакомить со способами развития мозга. | | Игры: «Органы чувств помогают мозгу» – на развитие всех видов внимания, памяти, воображения; «Какое настроение», «О чем говорят глаза», «Какой взгляд» |
| Апрель | Сон | | Закрепить знания о необходимости сна, о правилах подготовки к дневному и ночному сну | | Упражнения на расслабление Подбор музыкальных произведений для спокойных игр и сна Психогимнастика «Мой сон» Подбор сказок для чтения перед сном Беседа с детьми «Что я делаю перед сном» |
| Май | Будь здоров! | | Закрепить знания о возможных опасностях среди предметов быта, растений, грибов, бродячих животных, жалящих насекомых. Дать знания о приемах оказания первой помощи при несчастном случае. Учить детей пользоваться телефоном 03 | | Сюжетно-ролевые игры: «Больница», «Семья» (что должно лежать в аптечке для оказания первой помощи при царапинах, ушибах, укусах, ожогах, отравлениях и др.) Беседы с детьми: «Что делать, если в доме больной», «Опасные и полезные вещи» Выставки иллюстраций: «Ядовитые и лекарственные растения», «Съедобные и ядовитые грибы» Тренинг «Вызываем скорую помощь» |