

Перспективное планирование бесед по ЗОЖ в средней группе на 2023-2024 учебный год

Месяц/неделя		Тема беседы	Цель	Совместная деятельность
сентябрь	1 неделя	«Добрый доктор Айболит и Я»	Формировать у детей первоначальные представления о здоровом образе жизни. На основе ситуационных моментов учить делать выводы о безопасности жизнедеятельности. Воспитывать в детях стремление беречь своё здоровье, чувство взаимовыручки, умение оказывать помощь друг другу	1.Беседа: «Чтобы быть здоровым». 2. Просмотр мультфильма «Про бегемота, который боялся прививок». 3. Игра «Помоги Зайке сберечь здоровье». 4.Д. И. «Что будет, если...».
Октябрь	1 неделя	«Что полезно, а что вредно»	Закрепить знания детей о полезных продуктах, рассказать о пользе фруктов для здоровья человека, название овощей и фруктов. Формировать первичное знание о съедобных и несъедобных продуктах.	1. Беседа: «Вредные и полезные продукты». 3. Д/и: «Узнай по описанию», «Разложи на тарелках полезные продукты», «Съедобное – несъедобное». 4. Чтение: Ю. Тувим «Овощи», Г. Зайцев «Приятного аппетита».
Ноябрь	1 неделя	«Правило гигиены - личная гигиена»	Сформировать представления о том, что большинство заболеваний носит инфекционный характер. Разъяснить детям, что человек в силах уберечь себя от болезней. Закреплять знания о предметах личной гигиены.	1.Беседа «Что такое микробы», «Почему надо соблюдать правило гигиены». 3. Чтение З. Александрова «Купание», потешки: «Расти коса до пояса», «Водичка - водичка». 4.Д/и: «Да здравствует мыло душистое», «Зубки крепкие нужны - зубки белые важны».
декабрь	1 неделя	«Здоровый образ жизни зимой»	Сформировать у детей осознанное отношение к здоровью, стремление бережно относиться к нему в холодный период года. Способствовать развитию знаний зимних видов спорта. Прививать интерес к зимним играм и забавам. Закрепить знание названий одежды, совершенствовать умение дифференцировать одежду по сезону.	1. Беседа: «Наше здоровье зимой». 2. Чтение Е. Багрян «Маленький спортсмен»; А. Барто «Наступили холода». 3.Загадки о разных видах спорта. 4. Д/и: «Назови зимние виды спорта», «Что будет, если...», «Найди картинку».

Январь	1 неделя	«Витамины и здоровье»	Расширять представление детей о пользе овощей и фруктов и их значении для здоровья человека.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беседа: «Где живут витамины», «Роль лекарств и витаминов». 2. Д/и «Угадай на вкус», «Назови правильно», «Полезно – неполезно». 4. Чтение С. Михалков «Чудесные таблетки».
Февраль	1 неделя	«Тело человека»	Познакомить детей с частями тела, формировать знания об отдельных частях своего тела: руки, ноги, голова, туловище. Повышение интереса детей к здоровому образу жизни	<ol style="list-style-type: none"> 1. Экскурсия в кабинет медсестры. 2. Беседа: «Мы все похожие, но разные». 3. Д/и «Покажи части тела».
Март	1 неделя	«Наши верные помощники»	Продолжать формировать интерес к человеку и элементарные представления о роли органов чувств: глаза, уши, нос в жизни человека; Воспитывать бережное и заботливое отношение к своему организму; чувство сострадания к незрячим и глухим людям, желание оказать им помощь;	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беседа: «Органы чувств: глаза, уши, нос». 2. Д/и «Угадай по запаху» . 3. Чтение: Э. Мошковская «Мой замечательный нос», В. Бианки «Чей нос лучше?»
апрель	1 неделя	«Что такое хорошо, и что такое плохо»	Продолжать воспитывать у детей понимание ценности здоровья, потребность быть здоровым, стремление беречь своё здоровье. На основе ситуационных моментов учить делать выводы о безопасности жизнедеятельности.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беседа: «Вредные привычки». 2. Игра «Помоги Незнайке сберечь здоровье». 3. Д/и «Что будет, если...».
май	1 неделя	«Как стать сильными и здоровыми»	Закрепить представление о ценности здоровья: формировать желание вести здоровый образ жизни. Совершенствовать представления о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беседа: «Закаляйся - если хочешь быть здоров», «Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья», «Для чего нужна зарядка». 2. Д/и: «Разложи картинки по порядку», «Что будет, если...», «Полезно – неполезно».
июнь	1 неделя	«Здоровые зубы».	Учить детей осознанно относиться к своему здоровью, понимать необходимость заботы о зубах, помочь детям понять и запомнить простейшие правила, соблюдение, которых, помогает сохранить здоровье зубов (не есть много сладкого; есть много овощей и фруктов; чистить зубы два раза в день: утром и вечером).	.Д/и: «Да здравствует мыло душистое», «Зубки крепкие нужны - зубки белые важны».

Июль	1 неделя	«Купаться любят все».	Вызвать интерес к закаливанию, выполнению культурно - гигиенических навыков, побудить детей к постоянному их соблюдению, закрепить знания о свойствах воды .	Чтение З. Александрова «Купание», потешки «Водичка - водичка». Д/и: «Да здравствует мыло душистое»
август	1 неделя	«Чем мы дышим?»	Познакомить детей с понятиями «свежий воздух», «кислород», рассказать о факторах, очищающих и загрязняющих воздух, о важности чистоты воздуха для здоровья человека.	Беседа «Зачем нужен воздух?» Д/и «Хорошо и плохо» Цель; закрепить представления детей об очищающих и загрязняющих воздух факторах, развивать речь.