

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

ГОУ ДПО «ДОНЕЦКИЙ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ИНСТИТУТ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ»

Отдел образования администрации города Енакиево  
Муниципальная дошкольная образовательная организация № 4  
«Родничок»

СОГЛАСОВАНО:

Донецкий Республиканский институт  
дополнительного педагогического  
образования

\_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

УТВЕРЖЕНО:

Министерство образования и науки  
Донецкой Народной Республики

\_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

**В стране здорового ребёнка**  
**вариативная образовательная программа**  
**эколого-валеологического направления для детей 5-7 лет**



*«Одобрено к использованию  
в образовательных организациях»*

Министерство образования и науки ДНР

Приказ от \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

Рецензенты:

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. Сычева Татьяна Ивановна, ведущий специалист отдела образования администрации города Енакиево

**Составители:** Белоброва Ольга Григорьевна, воспитатель-методист высшей квалификационной категории муниципальной дошкольной образовательной организации № 4 «Родничок» города Енакиево  
Карпова Наталья Викторовна, воспитатель первой квалификационной категории муниципальной дошкольной образовательной организации № 4 «Родничок» города Енакиево

В вариативной образовательной программе «В стране здорового ребёнка» указаны методы и формы организации работы по формированию здорового образа жизни в гармонии с природой у детей дошкольного возраста от 5 до 7 лет. Раскрыт творческий игровой метод в эколого-валеологическом воспитании детей с использованием валеогероев.

**Составители:**

Белоброва Ольга Григорьевна, воспитатель-методист высшей квалификационной категории муниципальной дошкольной образовательной организации № 4 «Родничок» города Енакиево

Карпова Наталья Викторовна, воспитатель первой квалификационной категории, муниципальной дошкольной образовательной организации № 4 «Родничок» города Енакиево

**Рецензенты:**

---

---

Сычева Татьяна Ивановна, ведущий специалист отдела образования администрации города Енакиево

**Утверждена** на педагогическом совете Муниципальной дошкольной образовательной организации № 4 «РОДНИЧОК» г. Енакиево

Протокол № 3 от «15» февраля 2019 г.

Заведующий МДОО № 4 \_\_\_\_\_ Л.И. Воробьева

**Согласовано с методическим кабинетом** отдела образования администрации города Енакиево (протокол от «22» февраля 2019 № 3)

Заведующий методическим кабинетом

отдела образования администрации

города Енакиево

\_\_\_\_\_ Шилько Е.А.

**Научно-методическая экспертиза ГОУ ДПО «ДонРИДПО»:**

---

---

---

---

---

---

## Содержание программы «В стране здорового ребёнка»

Содержание разделов	Страницы
Пояснительная записка	5
<b>Раздел 1. Организационно-методические рекомендации по осуществлению задач эколого-валеологического воспитания</b>	15
<b>Диагностика эколого-валеологического развития детей дошкольного возраста</b>	
<b>Раздел 2. Содержание программы</b>	31
2.1 Содержание программы раздела «Познай себя»	31
2.2 Содержание программы раздела «Природа вокруг нас»	33
<b>Раздел 3. Учебно-тематический план</b>	37
3.1. Учебно-тематический план первого года обучения	37
3.2. Учебно-тематический план второго года обучения	37
<b>Раздел 4. Примерное перспективно – тематическое планирование по эколого- валеологическому воспитанию старших дошкольников.</b>	38
4.1 Примерное перспективно – тематическое планирование по эколого - валеологическому воспитанию детей 5-6 лет	38
4.2 Примерное перспективно – тематическое планирование по эколого - валеологическому воспитанию детей 6-7 лет	53
<b>Литература</b>	72
<b>Приложения</b>	73

## Пояснительная записка

*«Здоровье имеем - не заботимся, а потеряв – плачем»*

*(Народная мудрость)*

Единство Человека и Природы было и остаётся нерушимым законом. И закономерно, что состояние здоровья человека выступает в роли «индивидуального» индикатора качества окружающей среды. Среди факторов, которые влияют на здоровья ребёнка 20 % принадлежит состоянию окружающей среды. Вследствие бездумной деятельности людей загрязнена земля, вода, воздух, которые влияют на условия жизни и здоровья населения. И наиболее незащищёнными являются дети. В настоящее время на фоне экологического и социального неблагополучия отмечается нарастающее ухудшение здоровья детей. Большинство выпускников детских садов приходят в школу недостаточно готовыми к обучению с точки зрения психофизического и социального здоровья. Наметилась явная тенденция снижения качества здоровья (увеличилось количество врожденных аномалий, растёт число детей с отклонениями со стороны центральной нервной системы, сердечно-сосудистой системы, заболеваний верхних дыхательных путей и т. д.).

**Актуальность программы** заключается в том, что данная программа:

- учитывает современные подходы к экологическому образованию;
- помогает осуществлять принцип преемственности между детским садом и школой;
- способствует практической реализации современных требований к методике ознакомления дошкольников с природой.

В работе с детьми предлагается формирование таких качеств личности, которые влияют на развитие у ребенка субъективного отношения к природе и самому себе.

Необходимость развития у детей положительного отношения к природе подтверждается и стратегической задачей ЮНЕСКО, которая формулируется

следующим образом: «Формировать понимание взаимосвязи между человеком, обществом и природой в планетарном масштабе».

Забота о детях, их счастье и здоровье, благополучие в жизни всегда будет главной заботой взрослых. Родителей и педагогов волнует вопрос, как укрепить здоровье детей. Медицина безусловно, занимается этим вопросом, но в тот момент, когда человек заболел.

Говорят, что человек – кузнец своего счастья, а значит он должен быть кузнецом своего здоровья. Поэтому у ребенка со дня его рождения нужно формировать навыки бережного отношения к своему здоровью.

В законе ДНР «Об образовании» раздел 7 ст.61 определены приоритетные задачи дошкольного образования: «Дошкольное образование направлено на ... развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, ... сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста».

Ученые доказали, что здоровье человека лишь на 7 - 9% зависит от состояния здравоохранения в стране, а более чем на 50% - от его образа жизни, который влияет на физическое, духовное состояние, ценностные ориентации, нравственные волевые качества.

### **Направленность программы.**

Программа «В стране здорового ребёнка» направлена на осуществление задач экологического воспитания, укрепления физического и психического здоровья ребенка, формирование основ двигательной и гигиенической культуры, развитие у дошкольников положительного отношения к природе. Данная программа учит детей позитивно взаимодействовать с природными объектами.

Содержание программы составлено согласно:

- Закону об образовании Донецкой Народной Республики (Постановление №I-233П-НС),

- Государственного образовательного стандарта дошкольного образования Донецкой Народной Республики (приказ МОН ДНР № 287 от 04.04.2018),

- Требованиям к программам дополнительного образования (утвержденным Приказом Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики 11 августа 2015 г. № 392 «Об утверждении требований к программам дополнительного образования для детей»),

- Примерным требованиям к программам дополнительного образования детей (утвержденным Приказом Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики 20 августа 2015 г. № 3517 «Про методические рекомендации»),

- Концепции патриотического воспитания детей и учащейся молодёжи Донецкой Народной Республики (утвержденной Приказом Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики 17 июля 2015 г. № 332),

- Типовому временному Положению об осуществлении дополнительного профессионального образования педагогических работников дошкольных образовательных организаций, общеобразовательных организаций, образовательных организаций специального образования и организаций дополнительного образования для детей (утвержденного Приказом Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики 27 августа 2015 г. № 438),

- Типовой образовательной дошкольного образования «Растим личность»/ Авт.-сост. Арутюнян Л.Н., Сипачёва Е.В., Котова Л.Н., Макеенко Е.П., Губанова Н.В., Бридько Г.Ф., Кобзарь Е.В., Михайлюк С.И. – Донецк ГОУ ДПО «Донецкий РИДПО», 2018г.

В программе предусматривается эколого-валеологическое просвещение детей 5-7 лет: развитие представлений о здоровом образе жизни, о важности гигиенической и двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о функционировании организма и правилах заботы о нем, знания о правилах безопасного поведения и разумных действиях в непредвиденных ситуациях в природе, способах оказания элементарной помощи. Эти сведения становятся важным компонентом личностной культуры и социальной защищенности дошкольника.

**Новизна** заключается в том, что программа ориентирована на конкретного ребенка, учитывающая его тип темперамента, характер в процессе ознакомления с особенностями организации природоведческой и валеологической деятельностью.

**Оригинальность программы** заключается в интеграции эколого-валеологических знаний в различных видах деятельности, в осуществлении нетрадиционного подхода в проведении игровых форм работы с детьми с использованием валеогероев.

**Педагогическая целесообразность.** Основные положения программы – это полноценная реализация личностного потенциала ребенка, основанная на знаниях его психофизиологических особенностей и склонностей; нахождение оптимальных путей для формирования у ребенка положительного отношения к природному миру.

**Эколого-валеологическое образование** детей дошкольного возраста – это природосообразный процесс обучения, воспитания и развития, ориентированный на формирование гармоничных отношений ребенка с окружающей средой, которые проявляются через познавательные, нравственные, эстетические и практические составляющие и активное отношение к своему здоровью.

**Отличительная особенность.** Здоровье рассматривается как основной интегральный экологический критерий, а гармония отношений с



окружающей средой основывается на равновесии внутренней и внешней сред организма человека.

Важнейшим показателем бережного и заботливого отношения к окружающей среде и своему здоровью является желание детей принимать активное участие в уходе за объектами природы и выполнение валеологических правил в отношении себя. Важно, чтобы дети понимали что, каждый организм живет, растет, развивается, если для этого имеются соответствующие условия. Постепенно дети прослеживают и полностью начинают понимать зависимость жизни и состояния растений и животных от труда человека.

Формирование у детей представлений о разнообразии и неповторимости мира природы и мира здоровья осуществляется с опорой на чувственный опыт ребёнка. Для того чтобы что-либо узнать и понять, ребенку необходимо услышать, увидеть, ощутить, прочувствовать самого себя и природный объект. В процессе приобретения чувственного опыта у малыша формируется установка на положительное или отрицательное взаимодействие с самим собой и природным объектом, что, в свою очередь, формирует ценностную ориентацию, которая в дальнейшем будет определять направленность его жизни и пути взаимодействия с окружающим миром. Поэтому выбор направления определения основных ценностных ориентации дошкольника по отношению к мировоззрению здорового образа жизни в природе является ключевым в концепции рассмотрения данной программы.

Наиболее эффективными методами в формировании у малышей эколого-валеологической культуры является использование валеорисунков, различных видов игр эколого-валеологического характера.

### **Цель программы.**

Формировать у детей дошкольного возраста навыки здорового способа жизни в процессе ознакомления с природой с использованием творческого игрового метода.

## **Основные задачи программы.**

*Обучающие.*

### Познавательные

1. Формировать у дошкольников представление о разнообразности и неповторимости окружающего мира через развитие интереса к миру природы и здоровому образу жизни, с помощью передачи им знаний, накопленных предыдущими поколениями, в доступной для восприятия форме.

2. Учить детей устанавливать причинно-следственные связи между различными природными объектами и человеком, показать их влияние друг на друга.

3. В эколого-валеологическом воспитании использовать творческий игровой метод, в динамике валеогероев, различные игровые ситуации, эколого-валеологические игры.

### Перцептивные (чувственно-эмоциональные)

1. Формировать положительное отношение дошкольников к природе, здоровому образу жизни, выражающееся в их позитивных чувствах, установках и ценностной ориентации по отношению к ней, через развитие чувства эмпатия ко всему живому и самому себе; формирование умения идентифицировать себя с природными объектами; в дальнейшем это приведет детей к субъективации, являющейся необходимым условием для развития субъективно-этического отношения к миру природы.

2. Познакомить дошкольников с разнообразными путями получения эстетического наслаждения от соприкосновения с миром природы (созерцание, наблюдение и т. д.)

### Практические.

1. Формировать у дошкольников склонность к проявлению позитивного взаимодействия с миром природы через развитие их и умений: ухаживать за

своим здоровьем, животными и растениями ближайшего окружения; выполнять действия в природе, не нарушающие экологического равновесия.

*Развивающие.*

1. Развивать любознательность к окружающему миру.
2. Развивать эстетические чувства (умения увидеть и прочувствовать красоту природы, восхищаться ею, желания сохранить её).

*Воспитательные.*

1. Воспитывать у детей мотивации здорового образа жизни и мотивационные установки на приоритет здоровья перед болезнями.
2. Воспитывать у детей желание активно участвовать в оздоровлении окружающих людей, используя приобретённые теоретические знания и элементы практических привычек.
3. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.
4. Воспитывать гармонично развитую личность в гармонии с природой.
5. Воспитывать любовь к окружающей природе.

Программа «В стране здорового ребёнка» построена на принципах здоровьесотворяющего образования.

*1. Принцип природосообразности.* На основе этого принципа система воспитания и образования должна строиться в соответствии с природой ребенка, с законами его развития. Этот принцип может быть реализован через содержание образования, через методы стимулирования у ребенка стремления постоянно отвечать на вопросы: Кто я? Что я? Зачем я? Откуда я? И продвижения ребенка с одной ступени развития на другую.

*2. Принцип уникальности личности.* Цель и смысл образования – развитие уникальности и неповторимости каждого ребенка. Детей не нужно делать одинаковыми, не нужно их усреднять, «подтягивать» одного до другого, сравнивать друг с другом, провоцируя агрессию и нездоровье детей.

3. *Принцип дополнения.* Реализация этого принципа ведет к принятию и осознанию того, что: природа творит все на земле и человека, в том числе как дополнение друг к другу; люди нужны друг другу, потому что для реализации своей жизненной задачи человеку нужна помощь других людей.

4. *Принцип безусловной любви.* Ответственное отношение у ребенка за свое здоровье можно воспитать только в том случае, если ребенок чувствует свою нужность и желанность для близких ему людей. В свою очередь, отношение к себе как ценности формирует ответственное отношение у человека и к окружающей его действительности.

5. *Принцип проективного образования.* Реализация этого принципа начинается с освоения детьми способа организации своей деятельности, который предполагает сформированность у ребенка умения любое дело начинать с анализа ситуации, планирования деятельности, реализации деятельности и заканчивать его анализом результата деятельности.

6. *Принцип резонанса.* Этот принцип признает в ребенке творца от природы. Проблема образования в чтобы моделировать ситуации для проявления ребенком своих возможностей.

#### **Сроки реализации программы.**

Сроки реализации программы – два года.

1-й год обучения – 5-6 лет

2-й год обучения – 6-7 лет

**Формы и режим занятий.** Структурирование системы эколого-валеологического образования дошкольников по трем направлениям (познавательное, эмоциональное и практическое) помогает в полной мере реализовать принцип разностороннего развития личности ребенка.

Занятия эколого-валеологического характера условно распределены по разделам «Познай себя» (ребёнок и его здоровье), «Природа вокруг нас» (здоровье в природе).

В старшей и подготовительной к школе группе предусматривается проведение четырех занятий в месяц по следующим разделам:

- два занятия познавательного характера о природе и организме человека, одно из которых строится на незнакомом для детей материале, а второе направлено на закрепление у детей полученных знаний;

- одно занятие перцептивно-эмоционального характера, направленное на формирование ценностного отношения к природе и самому себе через развитие мира чувств и эмоций ребенка, положительной установки по отношению к природе и к себе;

- одно занятие практического характера, направленное на формирование у ребенка умений и навыков по взаимодействию с миром природы.

Одно занятие в квартал посвящается работе по эколого-валеологическому образованию дошкольников на всех трех уровнях – познавательном, эмоциональном и практическом.

Один раз в квартал дети принимают участие в эколого-валеологической акции или празднике природоведческого, здоровьесберегающего характера.

#### **Ожидаемые результаты.**

Ожидаемые результаты реализации программы при целостном решении выделенных задач можно разделить на несколько направлений:

- физкультурно-оздоровительное, обеспечивающее поддержку и развитие физического статуса детей, становление показателей физического здоровья. В рамках данного направления предполагается формирование у детей гигиенических навыков, умения соблюдать режим дня, вовлечение их в разумное чередование оздоравливающих мероприятий, в систематический контроль за отдельными показателями здоровья;

- эколого-валеологическое, связанное с целостным экологическим воспитанием, которое, в свою очередь, обеспечивает целостность психического здоровья детей;

- когнитивно-коммуникативное, обеспечивающее речемыслительное (когнитивное) развитие по показателям качества развития речи дошкольников.

А также

- расширение знаний детей о здоровье.
- осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияние образа жизни на состояние здоровья ребенка.
- повышение интереса детей к физическим упражнениям и спорту;
- повышение интереса родителей к здоровому образу жизни;
- повышение профессионального мастерства педагогов дошкольного учреждения в здоровьесбережении;
- создание единого воспитательно-образовательного пространства на основе доверительных партнерских отношений сотрудников ДОО с родителями.

#### **Формы подведения итогов реализации программы**

- оформление выставки валеорисунков «Мы здоровью скажем «Да»;
- создание валеоальбома «Будь, здоров малыш»;
- изготовление стенда «У Доктора Айболита»;
- оформление выставки работ детей по изобразительной деятельности «Моё настроение в природе», поделок из природного материала.

## **Раздел 1. Организационно - методические рекомендации по осуществлению задач эколого-валеологического воспитания**

Воспитатель создает условия, при которых у ребёнка формируется интерес к миру природы и своему здоровью. В уголке самостоятельной творческой деятельности имеются книги и иллюстрации природоведческого характера, анатомо-физиологического характера для рассматривания их детьми, есть уголок природы и уголок здоровья. В уголке природы дети могут наблюдать и ухаживать за животными и растениями, а в уголке здоровья, они могут оказать себе и товарищу первую помощь, также там они наблюдают и выявляют строение и функции органов и частей тела организма человека. Вся практическая работа детей осуществляется под наблюдением воспитателя. При этом дети обращают внимание на те, изменения, которые происходят в природе с ее объектами, с детским организмом в целом.

Формирование у детей представлений о разнообразии и неповторимости мира природы и мира здоровья осуществляется с опорой на чувственный опыт ребёнка. Для того чтобы что-либо узнать и понять, ребенку необходимо услышать, увидеть, ощутить, прочувствовать самого себя и природный объект. В процессе приобретения чувственного опыта у малыша формируется установка на положительное или отрицательное взаимодействие с самим собой и природным объектом, что, в свою очередь, формирует ценностную ориентацию, которая в дальнейшем будет определять направленность его жизни и пути взаимодействия с окружающим миром.

Педагог должен видеть и понимать источник мотивации к природоведческой и валеологической деятельности: ребенком могут двигать познавательный интерес, тип отношения к природе и самому себе или степень владения определенными практическими действиями.

Подача валеологических научных представлений, понятий и знаний отводится в основном занятиям. Однако они будут успешными и эффективными только в том случае, если у детей сформирована

познавательная мотивация на основе интереса к природе, человек, как части этой природы и к его здоровью, как результату взаимодействия человека с окружающей средой.

Основным методом в экологическом-валеологическом воспитании детей дошкольного возраста является наблюдение в живой и неживой природе. С его помощью ребенок не только познает внешние параметры объектов природы и человека, но и приобретает различные навыки, направленные на познание или практическое преобразование природы и себя (труд по уходу за растениями и животными, за собой и т.д.

В каждой группе обязательно ведение календарей природы, которые варьируются по степени сложности в зависимости от возраста детей.

В старшем дошкольном возрасте активно внедряется экспериментальная работа детей в природе.

Хорошо себя зарекомендовали такие формы работы с детьми, выставки детских рисунков природоведческого характера, выставки поделок из природного и бросового материала.

Важный метод эколого-валеологического воспитания — слово, его правильное использование в разных формах работы с детьми. Причем наибольшее значение имеет беседа — четкая и гибкая последовательность вопросов, помогающих детям понять причинно-следственные связи, сформулировать выводы, сделать обобщения, перенести знания в новую ситуацию. Именно беседа выявляет нравственную позицию ребенка в его отношениях с животными, растениями, людьми.

Большое значение в эколого-валеологическом развитии детей должно придаваться экскурсиям, где происходит ознакомление с многообразием органического мира, проводятся наблюдения за объектами и явлениями природы в разные времена года; выявляются взаимосвязи между окружающей средой и человеческим организмом. Особое внимание при проведении комплексной экскурсии важно уделить организации деятельности детей: «Следует приучать детей к мысли, что они идут в гости к



природным обитателям, в их большой дом, а поэтому должны следовать тем заповедям, которые необходимо выполнять гостям природы. Главнейшая из них — соблюдение тишины» (Л.П. Симонова). Следующая немаловажная заповедь — терпеливость (умение длительное время наблюдать за растением, животным). Третья заповедь — это внимательность (следует учить детей находить взаимосвязи в природе, проверять народные приметы, прогнозировать последствия поведения людей).

Огромное значение в работе детьми дошкольного возраста имеет игра. Освоение детьми представлений эколого-валеологического характера осуществляется легче, если в процессы познания включаются игровые обучающие ситуации, элементы сюжетно-ролевой игры.

В эколого-валеологическом образовании дошкольников активно используется творческий игровой метод, который по содержанию и форме организации лаконичный, выразительный, доступный. Суть метода состоит в решении познавательных задач, поставленных в интересной для детей форме. Эффективным методом в формировании у малышей эколого-валеологической культуры являются валеорисунки. Используя в динамике валеологических героев учитываются такие ключевые моменты: введение знакомых сказочных героев, выбор простой формы героев для их изображения детьми, развития сюжета, позитивная оценка в динамике. Игровые сказочные герои помогают малышам войти в мир эколого-валеологических знаний. Это Доктор Градусник, Неболейкин, Гантелькин и т.д.. Они путешествуют с детьми на протяжении всех тем изучения. Очень важным моментом является рассказ воспитателя о том, как герой повёл бы себя в различных ситуациях. Ребёнок-дошкольник по своей психологической природе не всегда представляет себя в роли кого-нибудь. Ему нужен сказочный герой, любимая игрушка, его оберег. Дети живут этими героями, с их помощью решают проблемные ситуации.

Практическая деятельность детей, имеет ключевое значение. Индивидуальные проявления ребенка в практической деятельности — это

показатель его эколого-валеологической воспитанности и культуры. Именно в процессе активной деятельности ребенок реализует свои потребности пытливого исследователя, делает выводы и обобщения.

На формирование эколого-валеологического сознания дошкольников влияет ряд условий и факторов.

- Методика обучения и воспитания дошкольников;
- Семья, ее отношение к природе и здоровью, семейные традиции
- Отношение к природе и здоровью других значимых для ребенка сверстников.

Содержание эколого-валеологического воспитания детей в большей степени должно зависеть от природных и условий территории, на которой расположено дошкольное учреждение. Значимость природы родного края в эколого-валеологическом воспитании дошкольников заключается ещё и в том, что на примере экологической ситуации в регионе можно проследить связь со здоровьем людей населяющих этот регион, а также установить зависимость сложившейся экологической ситуации от деятельности и особенностей природопользования человека.

### **Методика выявления экологических знаний у старших дошкольников (по Т.М. Бондаренко)**

#### **Старшая и подготовительная к школе группы**

##### **Животные**

1. Знают ли дети животных основных классов (*звери, насекомые, рыбы, земноводные*)?
2. Знают ли особенности поведения, среду обитания, чем питаются, где и как находят корм, как передвигаются, приспосабливаются к сезонным изменениям, спасаются от врагов?
3. Знают ли, как обеспечить уход за животными?

4. Могут ли определить стадии роста и развития животных?
5. Относят ли животных к живым существам и по каким признакам?
6. Умеют ли устанавливать связи между средой обитания и внешним видом, средой обитания и образом жизни?
7. Сформированность понятий «звери», «птицы», «рыбы», «насекомые» (для подготовительной группы - «животные»).

### **Методика**

Приготовить картинки с изображением животных разных классов, а также с изображением стадий роста и развития кошки (*рыбы, цыпленка*), дидактическую игру «Зоологическое лото», модели понятий «птицы», «звери», «рыбы», «насекомые», «животные».

Беседа по картинкам:

1. Кто это?
2. Составь группы «звери», «птицы», «рыбы», «насекомые», «животные» (для подготовительной к школе группы).
3. Найди модели к этим группам животных.
4. Почему ты объединил рыб (*птиц*) в одну группу?
5. Разложи картинки с изображением стадий роста и развития : животных. Что сначала, что потом?
6. Что происходит с птицами зимой, весной, летом?
7. Почему это происходит?

### **Растения**

1. Умеют ли дети различать и называть травянистые растения: кустарники, деревья, комнатные растения?
2. Знают ли органы растений и их функции?
3. Знают ли стадии развития и роста растений?
4. Знают ли их потребности?
5. Знают ли особенности ухода за домашними растениями?
6. Знают ли, как и почему растения приспосабливаются к сезонным

изменениям?

7. Относят ли растение к живым существам?
8. Производят ли группировку: «травы», «кустарники», «деревья», «растения», «живое», «неживое» (для подготовительной группы).

### **Методика**

Приготовить картинки с изображением цветника, огорода, леса, поля, комнатные растения, картинки с изображением стадий и развития гороха, фасоли, модели понятий «травы», «кустарники», «деревья», «растения», «живая природа», «неживая природа».

Беседа по картинкам:

1. Назови растение.
2. Где растёт?
3. Нарисуй (*разложи*) картинки по порядку: как растёт горох, фасоль?
4. Что нужно делать, чтобы растение росло?
5. Назови и покажи растения, которые любят много света, влаги?
6. Почему они любят много света, влаги?
7. Что бывает с растениями зимой, весной, летом?
8. Почему это происходит?

Организовать игру «Путаница». Задания:

- а) расположи части растения правильно;
- б) почему части растения нужно расположить именно так?
- в) зачем растению листья, стебель, корни, цветки?

Задание «Подбери модели». Детям предлагаются картинки с изображением растений расположить по группам: «травы», «деревья», «кустарники» - и подобрать соответствующие модели. Объяснить свой выбор.

## Схема изучения знаний детей о неживой природе

### Воздух

1. Знают ли дети, что такое воздух?
2. Можно ли увидеть воздух, его свойства и роль в жизни человека? (воздух прозрачный, невидимый, воздух везде, воздух вокруг нас; когда воздух дрожит, возникают звуки, его можно услышать)
3. Знают ли дети предметы, внутри которых есть воздух (колеса велосипеда, мычи, матрасы для плавания, пористый шоколад, аквариум, лужа и т. п.)
4. Знают ли дети, что такое ветер? (это движение воздуха)
5. Что умеет делать ветер? (шуметь, гудеть, качать деревья, шелестеть листьями, завывать, развеивать флаги, свистеть, поднимать пыль и т. д.)
6. Знают ли дети, чем мы его слышим?
7. Знают ли дети, что ветер может навредить человеку? (иногда разрушает дома, ломает деревья в саду, переворачивает автомобили, срывает шляпы и т. д.)
8. Знают ли дети, как ветер помогает нам? (надувает паруса, вертит крылья мельницы и т. д.)
9. Знают ли дети, как человек использует ветер? (пылесос, вентилятор, веер, надувной круг, мельница)
10. Умеют ли дети отличать зимний ветер от весеннего (летнего, осеннего)?
11. Умеют ли дети обнаруживать ветер?
12. Знают ли дети, что такое ураган, буря, смерч? (сильный ветер)
13. Выяснить роль ветра в жизни растений
14. Знают ли дети летающих животных?

## Методика

Беседа по рисункам, дети рассматривают рисунок дома природу и обычного дома.

Что в них есть? (дети перечисляют, сравнивают). Обратите внимание : на обоих рисунках много не закрашенного, пустого места. Почему? И в нашем обычном доме, и в доме- природе есть воздух, мы им дышим. Знания детьми свойств воздуха определяются с помощью опытнической работы (опыт с пустым стаканом, воздушным шариком). Организовать игру «Раздувайся пузырь». Чтобы узнать, как дети понимают, что такое ветер, можно к теплой батарее и прикрепить бумажные полоски и открыть форточку : видно движение воздуха — это ветер. Дать задание ребенку приложить лист тонкой бумаги к губам и подуть так, чтобы получился звук, - значит мы можем «услышать» воздух.

А чем мы слышим? Воспитатель дает задание — закрыть глаза. Есть ли звук вокруг? Закроем уши. Что изменилось? Рассмотреть фотографии животных с разными ушами. Заяц легко поворачивает уши в разные стороны, звери с большими ушами ловят больше звуков, для них это важно, их так и называют — ушастый еж, ушастая лисица. Уши нам очень нужны, они помогают нам узнать, что есть в окружающем нас мире. Предложить детям рассмотреть карточки «Листьев деревьев с летающими семенами» (береза, липа, клен, ветка сосны, тополь, ясень) для выяснения роли ветра в жизни растений. Предложить иллюстрации с летающими животными. Почему не летают пингвины, страусы?

Организовать игру «Угадай, кто я!» или игру-превращения. Что загрязняет воздух? Картинки с деревьями. Как деревья помогают очищать воздух.

## Солнце

1. Знаю ли дети, что такое солнце? (это большая, очень горячая звезда)
2. Знают ли планеты солнечной системы?
3. Знают ли дети, что солнце- источник света? (свет и тень. Смена дня и ночи)
4. Знают ли особенности радуги?
5. Знают ли светолюбивые и теневыносливые растения?
6. Какие животные обитают в местах отсутствия или недостатка света? (ночные, подземные)
7. Знают ли дети, что солнце — источник тепла?
8. Знают ли животные, растения, которые обитают в условиях холода и жары?
9. Сформировано ли у детей понятие о сезонных изменениях в природе и в жизни человек?

## Методика

Беседа по картинкам, рассматривание макета Солнечной системы, календаря (Земля проходит свой путь за год). Предложите поиграть в игру «День-ночь», «Животные в темноте». Роль света можно показать на примере комнатных растений, животных уголка природы. Рассмотреть термометр, иллюстрации с животными и растениями, обитающими в условиях холода и жары.

## Вода

1. Знают ли дети, что такое вода? (жидкость)
2. Знают ли дети, где встречается вода? (в ручейке, реке, озере, океане, море, кране)
3. Знают ли дети, для чего мы ее используем?

4. Всегда ли вода одинаковая? ( вода бывает разная. Это дождь, ливень, роса, туман, снегопад, пурга, лед, половодье, лужи, иней, сосульки)
5. Сформировано ли у детей понятие, что вода не исчезает, она «превращается» из одного состояния в другое (путешествует по кругу)
6. Знают ли дети свойства воды? (прозрачная, без вкуса, нет запаха, жидкая, не имеет форм и т. д.)
7. Знают ли дети, что растет в воде?
8. Знают ли дети, кто живет в воде?
9. Кому нужна вода?
10. Знают ли дети, почему воду надо беречь?

### **Методика**

Беседы с детьми по картинкам, рассматривание на глобусе голубых и белых пятен (голубые-вода, белые-льды, снега); стаканчики с водой и молоком, ложечка (прозрачность); соломинки для коктейлей (вкус); сахарный песок (в воде одни вещества растворяются, другие-нет); кусочки льда, термос с горячей водой (пар).

Предложить рассмотреть рисунки, фотографии водоема и водных растений — что растет в воде.

Предложить иллюстрацию кита, лягушек и других животных обитающих в водной среде.

Организовать подвижные игры «мы- киты, мы-лягушки, мы-рыбки, мы-раки, мы-утки, мы-чайки»

роль воды в жизни растений и животных можно наглядно показать на растениях и животных уголка природы. Что должны сделать люди, чтобы сберечь воду почему? (чем меньше мы будем тратить воду, тем больше ее останется в реках и озерах).

### **Почва**

1. Знают ли дети, что такое почва? (Верхний слой земли, «живая земля»)
2. Знают ли обитателей почвы? (на примере дождевого червя)



3. Какова их роль в формировании почвы?
  4. Значение почвы для жизни растений, в том числе выращиваемых человеком
  5. Сформировано ли понятие о необходимости охраны почвы?
  6. Выработаны ли навыки ухода за растениями (коп.рыхление, внесение удобрений, уход за комнатными растениями)?
- Сформированы ли основы понимания необходимости бережного отношения к почве и ее жителям?

### **Методика**

Беседа с использованием картины о природе, чтение и беседа по экономическим сказкам; наблюдение в живом уголке, на огороде, в парке; работа с наглядными пособиями.

### **Камни, песок, глина**

1. Знают ли дети свойства песка? (сыпучесть, рыхлость, способность пропускать воду)
  2. Знают ли дети свойства глины? (плотность, вязкость, пластичность)
  3. Как человек использует песок (строительство, песочные часы) и глину (посуда, кирпич, дымковская игрушка)?
  4. Знают ли дети, какие бывают камни? (твердые, не рассыпаются, разные)
  5. Умеют ли дети использовать природные материалы в жизни, быту?
- Воспитано ли у них бережное отношение к природным материалам и сделанным из них предметам?

### **Методика**

Рассмотреть картинки о природе, коллекции камней, песок и глину, спросить об их свойствах. Рассмотреть разнообразные предметы -посуду, игрушки, песочные часы - чтобы выяснить применение природного материала в жизни.

**Методика выявления валеологических знаний  
у старших дошкольников  
(Кулик Г. И., Сергиенко Н. Н)**

**Старшая группа**

Сформировано.

1. Ребенок полностью самостоятелен в выполнении правил и последовательности умывания, одевания, способов самообслуживания.
2. Он отличается аккуратностью, адекватно оценивает культурно-гигиенические навыки сверстников и свои.
3. Проявляет заботу о слабых детях, с радостью оказывает им помощь в одевании, умывании, быту.
4. Ребенок самостоятельно выполняет все правила этикета.
5. С помощью взрослого устанавливает связь между совершаемыми действиями и состоянием организма. «Я буду, чтобы быть...».
6. Целеустремлен в выполнении правил здорового образа жизни.

Достаточно сформировано.

1. Ребенок сам себя обслуживает, без напоминания сам правильно умывается, одевается, следит за своим внешним видом и порядком в группе.
2. Однако контроль взрослого за самообслуживанием недостаточен, требуется помощь в оценке.
3. Иногда устанавливает связи между поведением и здоровьем.

Частично сформировано.

1. Ребенок не уверен в себе, стремление к самостоятельности в процессе умывания, одевания, еды подавлено (без напоминания не может правильно умываться, следить за своим внешним видом) .
2. Постоянно требуется прямое напоминание взрослого о соблюдении порядка, иногда непосредственная помощь.
3. Не развит интерес к выполнению правил здорового образа жизни.

## **Подготовительная группа**

### Сформировано.

1. Ребенок полностью самостоятелен в выполнении гигиенических процедур и самообслуживании.
2. Называет и понимает состояние здоровья и нездоровья.
3. Бережно, заботливо относится к своему здоровью и здоровью других людей, сверстников.
4. Беспокоится при нарушении правил гигиены, небрежном отношении к своему здоровью, готов оказать помощь в случае необходимости.
5. Связывает поступки, условия жизни и здоровье.
6. Знает особенности функционирования человеческого тела, строение организма.

### Достаточно сформировано

1. Самостоятелен в выполнении гигиенических процедур и самообслуживания.
2. Сформированы привычки выполнения гигиенических процедур и самообслуживания.
3. Связывает поступки, условия жизни и здоровье.
4. Понимает особенности функционирования человеческого тела, строение организма.

### Частично сформировано.

1. Выполняет некоторые гигиенические процедуры.
2. Понимает состояние своего организма.
3. Гигиенические процедуры выполняет несамостоятельно, качество выполнения низкое, требуется помощь взрослого.
4. Не понимает особенности функционирования человеческого тела, строения организма.

*Вопросы для собеседования.*

Цель: изучить особенности отношения ребенка к здоровью и мотивации здорового образа жизни, особенности знаний детей о здоровье человека

1. Скажи, пожалуйста, как ты понимаешь выражение «здоровый человек? Кого мы называем здоровым? У нас есть в группе такие дети?
2. Как, по-твоему, быть здоровым – это хорошо или плохо? Почему?
3. А ты заботишься о своем здоровье? Расскажи, пожалуйста, как ты это делаешь?
4. Какие советы ты мне дашь, чтобы не заболеть?
5. Кого в вашей семье можно назвать здоровым? Почему ты так думаешь?
6. Что такое вредные привычки и есть ли они у тебя? Какие вредные привычки есть в вашей семье?
7. Какие полезные привычки ты знаешь? Какие есть у тебя?

### **Ориентировочные критерии оценивания**

#### **экологической воспитанности ребёнка дошкольника**

1. **Частично сформировано.** Экологическая воспитанность ребёнка характеризуется невыраженной мотивацией познания объектов природы. У ребёнка не сформировано представление о необходимости защиты окружающей среды, поддержания собственного физического и психического здоровья. Такой ребенок не стремится к расширению знаний о растениях и животных. Его эмоциональные реакции направлены только на яркие, внешние атрибуты окружающих объектов. Отмечается отсутствие стремления преодолевать познавательные трудности, предпочтение репродуктивных способов познания. Предметная направленность интереса ограничена индивидуальным опытом ребенка. Задаваемые дошкольником вопросы ограничены его привычным природным окружением. Ребенок соблюдает нормы поведения в природе только в ситуации внешнего контроля взрослого. Не проявляет сочувствие, милосердие.

**2. Достаточно сформировано.** Экологическая воспитанность ребёнка обусловлена в основном стремлением к самоутверждению. В ситуациях, связанных с быстрым получением результата, ребенок способен правильно оценивать значимость природы для сохранения собственного здоровья и здоровья окружающих. Он проявляет интерес к накоплению информации поверхностного характера, удовлетворяется первичными сведениями о растениях и животных. Задаваемые ребенком вопросы направлены на широкий круг объектов и явлений природы для внешней ориентировки в них.

**3. Сформировано.** Экологическая воспитанность отмечается у ребёнка со сформированной внутренней мотивацией познания окружающего мира во всем его многообразии. У такого ребёнка сформировано устойчивое убеждение в необходимости заботливого отношения ко всем проявлениям жизни (исключая паразитические). Отмечается стремление проникнуть в сущность явлений и объектов, определить связи между ними, обязательно завершить познавательное действие. Предпочитаемые взаимоотношения с объектами природы носят в основном поисково-творческий характер. Задаваемые ребенком вопросы охватывают широкий круг объектов живой и неживой природы.

Обследование осуществляется в процессе предметной, сюжетной, ситуативной, интеллектуальной и других видов игр. Обследованию подвергаются такие компоненты экологической воспитанности, как направленность на соблюдение режима дня, интерес к проведению приемов оздоровления, качество воображения, фантазии, способность к абстракции; оценивается умение:

- самостоятельно рисовать и копировать объекты и явления природы;
- называть по рисунку объекты живой и неживой природы, описывать их взаимодействия.

**Индивидуальная таблица  
освоения эколого-валеологических знаний Ф.И. ребёнка группа**

	Природа вокруг нас							Познай себя		
	Живая природа		Неживая природа				Взаимосвязь живой и неживой природы	Навыки ухода за растениями и животными	Строение человека	Взаимосвязь человека с природой
	растения	Животные	Воздух	Вода	Солнце	Песок, камень, грунт				
начало уч. года										
конец уч. года										

С - сформировано    Д - достаточно сформировано    Ч – частично сформировано

## **Раздел 2. Содержание программы**

### **Познай себя. (Здоровье ребёнка)**

#### **Старшая группа (дети шестого года жизни)**

Расширять, уточнять и систематизировать простые представления и элементарные знания детей об их теле: его части, функции различных органов, системы организма и их влияние на физическое и психическое здоровье. Дополнить знания детей об органах: глаза (как мы видим), уши (как мы слышим), органы движения (руки, ноги, позвоночник), рот и ротовую полость, сердце.

Уточнять знания и понятия о настроении. Продолжать учить детей наблюдать за своим и настроением других людей. Учить делать выводы о том, как стимулируется настроение определенными видами деятельности; как настроение сказывается на потребностях людей, их интересах, деятельности, физическом и психическом состояниях.

Вводить новые понятия о здоровье и его факторы: на здоровье ребенка пагубно влияют вредные привычки, негативное поведение и эмоции.

Формировать новые знания о костях, мышцах, суставах. Дать представление об их роли в развитии и роста тела, формировании и укреплении физического здоровья. Учить связывать эти знания со своей двигательной деятельностью.

Продолжать формировать навыки: культурно-гигиеническом в уходе за телом и отдельными его частями, навыки закалки, двигательные навыки и навыки личной безопасности, самозащиты.

Обогащать словарь детей различными словами-терминами (физическое, психическое, здоровье) расширять знания о факторах здоровья. Прививать интерес к развивающим, подвижным, театрализованных игр, как стимуляторов мозга (мышления) и здоровья детей.

## **Познай себя. (Здоровье ребёнка)**

### **Подготовительная группа (дети седьмого года жизни)**

Познакомить детей с понятием здоровье. Закрепить знания о факторах здоровья, его виды: физическое, психическое, социальное.

Поддерживать у детей проявления уверенности в себе, решительность, объяснив влияние этих черт на настроение, здоровье.

Закреплять знания детей о строении тела, органы, системы, их функции. Продолжать формировать практические навыки: уход за телом, закаливание, исполнения различных видов гимнастических упражнений, усовершенствование физических качеств (быстроты, гибкости, мышечной силы, выдержки).

Познакомить детей с системой пищеварения и ее органами: желудком, пищеводом. Рассказывать об их работе и роль в развитии и росте тела, укреплении здоровья.

Закреплять знания о признаках, виды и правила предупреждения инфекционного заболевания.

Продолжать формировать навыки владения своими эмоциями, желаниями, чувствами, настроением. Повторить, что это существенно влияет на физическое и психическое здоровье, объяснить, почему старшие дети могут показывать пример младшим.

Воспитывать интерес и осознание необходимости гигиенических процедур, желание помочь в этом товарищам.

Направлять детей на наблюдение за своим физическим и психическим состоянием, проявлениями любви, благодарности, доброты и сострадания к другим (взрослых, родителей, товарищей).



## **Природа вокруг нас. (Здоровье в природе)**

### **Старшая группа (дети шестого года жизни)**

Расширять и уточнять представления детей о природе. Учить быть наблюдательными.

Расширять, уточнять и систематизировать представления детей о пользе живой и неживой природы для здоровья человека, о влиянии природы на физическое и психическое состояние. Влияние поведения ребенка на состояние живой и неживой природы. Учить понимать значение природы в жизни людей, их физическое, психическое и духовное здоровье.

В процессе наблюдений за объектами и явлениями природы подводить детей к элементарным выводам об их влиянии на настроение, самочувствие, эмоции (радость, милосердие, доброта).

Учить делать выводы о влиянии цвета, формы, звуков, запахов на самочувствие путем исследования: спокойное восприятие природы дарит положительные эмоции. Продолжать знакомить детей с тем, как явлениями природы, ее объектами, живой мир влияют на состояние органов и систем человеческого организма.

Формировать представление о влиянии времен года, погоды, температурных явлений на здоровье человека. Учить понимать зависимость людей, животных и растений от состояния природы.

Систематизировать представления о последовательности сезонных изменений в природе. Учить детей устанавливать взаимозависимость между самочувствием и такими изменениями в природе.

Познакомить детей с информацией о роли насекомых в жизни и здоровья людей, растений. Формировать практические навыки защиты от некоторых видов насекомых: комаров, мошек, ос.

На конкретных примерах учить детей устанавливать взаимосвязь между растениями, животными, насекомыми, людьми.

Дать новые понятия о зависимости здоровья человека от птиц, а также зависимость растений от них.

Формировать навыки использования растений в питании, лечении, оформлении интерьера групповой комнаты и дома.

Воспитывать у детей желание ухаживать за растениями и животными. Продолжать формировать навыки самозащиты от вредных растений.

### **Природа вокруг нас. (Здоровье в природе)**

#### **Подготовительная группа (дети седьмого года жизни)**

Формировать первоначальные реалистичные представления детей о взаимосвязи живой и неживой природы. Человек-часть природы. Дать понятия: природа – эффективный фактор здоровья человека, в том числе ребенка. Природа – дом нашего здоровья, физического и психического.

Уточнять знания о различных функциях растительного мира по тела человека: защитная, оздоровительная, эстетическая, воспитательная. Расширять знания о влиянии растений на организм ребенка через органы чувств. Учить наблюдать и отмечать это в самочувствии.

Подводить детей к пониманию пользы домашних животных, насекомых, птиц. Учить детей заботиться о них: кормить, согревать, убирать за ними. Это дает человека не только пользу, но и удовольствие.

Дать понятие о таких явлениях природы, как: туман, изморозь, радуга, гололед, суховей и тому подобное, их особенности в данном регионе.

Рассказать о положительных и отрицательных результатах воздействия природных явлений на физическое, психическое состояние человека. Учить анализировать свои ощущения под влиянием этих явлений.

Дать углубленные знания о правилах защиты от угрожающих явлений природы (грозы, молнии, гололёд, суховеев). Ввести новое понятие о влиянии природы на самочувствие человека: природа и мышление, речь.

Закреплять знания и практические навыки исследования природы, ее факторов для оздоровления человека. Продолжать учить заботиться о природе.

Учить готовить напитки из ягод: рябины, калины. Объяснять детям, болезни можно лечить этими напитками и какие витамины они содержат. Использовать деревья, кусты, ветки, сухие пеньки при исполнении спортивных забегов и в туристических маршрутах.

Продолжать формировать навыки безопасной жизни во время общения с природой: не есть ядовитых ягод, грибов и т.

Знакомить детей с природоохранной деятельностью на Донбассе (создание заповедников, охрана редких растений и животных, сохранения чистоты водоемов, воздуха, земли). Воспитывать желание оберегать родную природу, не засорять землю, водоемы, не ломать деревья и тому подобное. Стимулировать стремление больше времени в своей личной деятельности посвящать природе.

### **Показатели валеологического воспитания и образования детей шестого года жизни**

знают	умеют
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Знают части тела человека (ребенка), основные органы, их функции, жизнедеятельность некоторых систем (дыхательной, сердечно-сосудистой, пищеварительной).</li> <li>- Понимают значение двигательной и трудовой деятельности в укреплении здоровья.</li> <li>- Знают основные правила защиты от инфекционных болезней, оказания первой помощи больному человеку.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Уделяют внимание своему внешнему виду.</li> <li>- Могут приготовить простые напитки с некоторых лечебных трав, например, ромашки, календулы.</li> <li>- Составляют простые стишки о пользе природы для здоровья.</li> <li>- Проявляют милосердие к больным и старым людям.</li> <li>- Доброжелательные, активные, веселые.</li> <li>- Внимательные при выполнении</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Знают как защитить себя от непогоды.</li> <li>- Знают правила личной безопасности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>движений.</li> <li>- Работают вместе со взрослыми, выполняют работы самостоятельно в природе (цветнике, саду).</li> </ul>
--	--

**Показатели валеологического воспитания и образования  
детей седьмого года жизни**

знают	умеют
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Имеют элементарные знания о работе внутренних органов и систем, их значение для продолжения жизни людей.</li> <li>- Знают об основных природных условия жизнедеятельности людей, растений, животных (воздух, вода, свет, земля, дает плоды).</li> <li>- Имеют представление об основных составляющих здорового образа жизни, обладают его элементарными навыками.</li> <li>- Обладают знаниями о правилах безопасности, предупреждением травматизма.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Проявляют сочувствие к родным, больным, старикам, знают, как оказать больному посильную помощь.</li> <li>- Понимают понятия: любовь, милосердие и связь этих чувств со здоровьем человека.</li> <li>- Умеют элементарно владеть своими чувствами, укрощать настроения;</li> <li>- Определяют природу как фактор здоровья.</li> </ul>

### Раздел 3. Учебно-тематические планы

#### Учебно-тематический план

#### Старшая группа, первый год обучения

Режим занятий: 1 раз в неделю.

Продолжительность занятия: 25 минут.

<b>№</b>	<b>Перечень блоков</b>	<b>Часов всего</b>
1.	Познай себя (здоровье ребёнка)	10
2.	Природа вокруг нас (здоровье в природе)	20
	<b>ИТОГО в год:</b>	<b>30</b>

#### Учебно-тематический план

#### Подготовительная группа, второй год обучения

Режим занятий: 1 раз в неделю.

Продолжительность занятия: 30 минут.

<b>№</b>	<b>Перечень блоков</b>	<b>Часов всего</b>
1.	Познай себя (здоровье ребёнка)	10
2.	Природа вокруг нас (здоровье в природе)	20
	<b>ИТОГО в год:</b>	<b>30</b>

**Раздел 4. Примерное перспективно – тематическое планирование  
по эколого-валеологическому воспитанию старших дошкольников.**

**Примерное перспективно – тематическое планирование  
по эколого-валеологическому воспитанию детей 5-6 лет  
(старшая группа)**

<b>Месяц</b>	<b>Тема</b>	<b>Задачи</b>	<b>Поисковая деятельность</b>
<b>Сентябрь</b>	<b>«Я – человек, я и мое здоровье» «Советы доктора Градусника»</b>	Познакомить детей о частях тела человека и их названиями. Учить описывать внешний вид человека. Объяснять детям о необходимости выполнения утренней гимнастики и выполнения двигательного режима для поддержания бодрости организма и укрепления здоровья.	Опыт «Определение состояния здоровья человека по внешнему виду»
	<b>«Зелёная аптека» «Советы доктора Градусника»</b>	Продолжать уточнять и расширять знания детей о разнообразии лекарственных растений. Знакомить с их строением. Формировать представления об использовании лекарственных растений в оздоровлении человека, их лечебными свойствами. Воспитывать бережное отношение к растениям для сохранения целостности экосистем, любовь к родной природе, навыки разумного поведения в природе.	
	<b>«Овощи и фрукты –</b>	Продолжать знакомить с трудом людей осенью по сбору овощей,	

	<p><b>витаминовые продукты»</b>  <b>«Доктор Градусник рекомендует»</b></p>	<p>фруктов в садах и огородах, с работой на полях.</p> <p>Сформировать понятие о том, что здоровье зависит от правильного питания, формировать умение различать витаминосодержащие продукты. Закреплять понятия «овощи», «фрукты», «ягоды», пользе их употребления.</p> <p>Уточнять знания о значении витаминов и правильного питания для здоровья человека.</p> <p>Формировать представления детей о зависимости здоровья от правильного питания;</p> <p>Дать детям представления о витаминах А, В, С, Д в каких продуктах они содержатся.</p> <p>Формировать у детей представления о правильном питании и здоровом образе жизни.</p>	
<p><b>октябрь</b></p>	<p><b>«Золотая осень»</b>  <b>«Осенние явления в природе»</b></p>	<p>Продолжать формировать представления детей об осени как времени года, ее признаках уточнить представления детей о сезонных изменениях в жизни растений и животных и о разнообразии вариантов их подготовки к зиме.</p> <p>Закрепить представления детей о связи живой и неживой природы в осенний период, об осенних хлопотах человека.</p>	<p>Опыт «Почему листья желтеют?»</p>

		<p>Отражать наблюдения и полученные знания в различных видах деятельности (изобразительной, игровой, умственной). Способствовать развитию познавательной активности, мышления, воображения, фантазии, творческих способностей и коммуникативных навыков.</p> <p>Развивать внимание, память.</p> <p>Воспитывать желание наблюдать за красотой осенней природы.</p> <p>Воспитывать бережное, заботливое отношение к окружающему нас миру: растениям, птицам, животным</p>	
	<p><b>«Глаза – наши помощники»</b></p> <p><b>«Советы доктора Градусника</b></p> <p><b>«Как глазки беречь»</b></p>	<p>Дать представление о том, что глаза являются одним из основных органов чувств человека. Познакомить детей со строением глаза, показать, какую роль играет зрение в жизни человека. Закрепить знания детей о том, что полезно, что вредно для глаз. Ознакомить с приемами оказания первой помощи при травме глаз. Воспитывать чувство сострадания к незрячим людям, желание им помочь.</p> <p>Развивать двигательную моторную координацию, прослеживающую функцию глаз с фиксацией взора.</p>	<p>Опыт «Что могут наши глаза»</p>
	<p><b>«Грибное царство, ягодное</b></p>	<p>Продолжать формировать знания о грибах и ягодах, особенностях внешнего вида, местах</p>	



	<b>государство»</b>	произрастания) Уточнить условия, необходимые для роста и развития грибов. Изучить съедобные и несъедобные грибы, рассмотреть правила сбора грибов. Развивать мышление детей, мелкую моторику. Воспитывать у детей бережное, не потребительское отношение к природе.	
<b>Ноябрь</b>	<b>«Кто как к зиме готовится» (животные, птицы, насекомые, земноводные, рыбы)</b>	Расширять и углублять представления детей о подготовке животного мира к зиме. Учить отыскивать причины изменений в жизни животных, птиц в изменении условий их обитания. Формировать понятия причинно-следственных связей и закономерностях в явлениях природы. Учить составлять экологические цепочки. Развивать кругозор, сообразительность, словарный запас, образность и выразительность речи. Воспитывать любовь к животным, интерес к родной природе, эмоциональную отзывчивость.	
	<b>«Наши ушки»</b>	Формирование представлений детей о значении слуха в жизни. Расширять знания детей об ушах как важном органе, познакомить детей со строением уха и основными правилами ухода за ушами. Познакомить детей с причинами нарушения слуха; дать знания о	Опыт «Слушай во все уши»

		<p>способах предупреждения нарушения слуха. Учить бережно, относиться к своему здоровью, соблюдать правила гигиены.</p> <p>Развивать связанную речь, развивать память, внимание, мышление. Развивать исследовательские навыки и умения. Формировать умение определять направление звука.</p> <p>Воспитывать бережное отношение к слуховому аппарату.</p>	
	<b>«Поздняя осень»</b>	<p>Закрепить знания детей о характерных признаках поздней осени. Учить детей называть приметы осени, изменения в природе, используя образные слова и выражения. Упражнять детей в подборе синонимов (осенью небо серое, хмурое, пасмурное). Обобщение представлений о связи живой и неживой природы в осенний период, о приспособлении человека к сезонным изменениям природы. О правилах поведения в экстремальных или опасных ситуациях в осенний период (туман, дождь, ветер, заморозки и т.д.). Продолжать расширять и активировать словарный запас детей. Развивать умение по символам, значкам календаря природы, дневника наблюдений, фенологического календаря описывать события природы.</p>	Опыт «Почему опавшие листья шуршат?»

<b>Декабрь</b>	<p><b>«Зимние явления в природе. Зима и мое здоровье»</b></p>	<p>Уточнять и систематизировать представление детей о характерных признаках зимы, названиях зимних месяцев. Закрепить знания о состоянии растительного мира зимой. Активизировать словарный запас (метель, иней, вьюга, изморозь, наст, оттепель). Учить получать знания о свойствах снега в процессе экспериментирования. Закреплять знания детей о правилах безопасного поведения на улице зимой.</p>	<p>Опыт «Появление инея», « В какую одежду одеваться?»</p>
	<p><b>«Что умеет ваш носик?» «Помощь капельки»</b></p>	<p>Закреплять и расширять знания детей об одном из важнейших органов чувств – обонянии; уточнить, какое значение имеет нос для человека и животных; учить при помощи исследовательской деятельности дифференциации запахов с помощью обоняния; приучать детей беречь нос и соблюдать правила ухода за ним. развивать внимание, логическое мышление; развивать носовое дыхание, обучать элементам дыхательной гимнастики; воспитывать бережное отношение к своему здоровью и здоровью других людей</p>	<p>Опыт «Такие разные запахи»</p>
	<p><b>«Ёлочка – зелёная иголочка»</b></p>	<p>Закрепить и углубить знание детей о ели и о сосне, как представителей хвойных деревьев. Формировать знания об особенностях хвойных</p>	<p>Опыт «Почему открываются и закрываются»</p>

		<p>растений через проведение исследовательской деятельности. Формировать знания детей о значении ели, сосны в жизни животных и человека.</p> <p>Воспитывать экологическое мировоззрение, вызвать негативное отношение к тем, кто наносит вред природе, вырубая ели и сосны. Учить радоваться общению с природой, понимать ценность каждого дерева.</p>	я шишки»
Январь	<b>«Комнатные лекарственные растения»</b>	<p>Продолжать знакомить детей с декоративно-цветущими комнатными растениями, познакомить детей с комнатными лекарственными растениями: алоэ, каланхое, душистая герань, хлорофитум; уточнить строение комнатных растений, их сходство и различия. Рассказать о целебных растениях, которые растут в помещении.</p> <p>Продолжать знакомить с нетрадиционными методами лечения.</p> <p>Раскрыть значение запахов для здоровья человека.</p> <p>Воспитать бережное отношение дошкольников к природе.</p>	Опыты «В погоне за светом», «Дыхание растений», «Зачем растению корни?»
	<b>«Домик – ротик. Знакомство с органами пищеварения»</b>	<p>Формировать знания детям о строении ротовой полости; закрепить знания об уходе за зубами и полостью рта, поддержании их в здоровом состоянии; рассказать об истории зубной щетки.</p>	Опыты «Угадай на вкус»

		<p>Знакомить детей с особенностями строения и функциями пищеварительной системы человека. Учить осознанно подходить к своему питанию.</p> <p>Развивать стремление соблюдать режим питания.</p> <p>Расширить знание о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.</p> <p>Развивать познавательный интерес, мыслительную активность, воображение.</p> <p>Воспитывать у детей желание заботиться о своём здоровье.</p>	
	<b>«Зимовье зверей»</b>	<p>Уточнить и систематизировать представления детей о жизни животных зимой. Учить устанавливать связи между сезонными изменениями в природе и образом жизни животных, птиц, рыб. Уточнять представление о умении животного мира приспособляться к изменениям погодных условий. Формировать представления о роли человека в жизни животных в лесу зимой.</p> <p>Развивать речь, логическое мышление, любознательность, воображение.</p> <p>Воспитывать экологическую культуру, бережное отношение к природе.</p>	

<b>Февраль</b>	<b>«Кожа. Гигиена кожи»</b>	<p>Дать детям элементарные валеологические знания о коже, её свойствах (кожа защищает органы от ударов, воды; это орган выделения).</p> <p>Учить детей оказывать первую помощь при ушибах, ссадинах на коже.</p> <p>Продолжать учить детей заботиться и ухаживать за своим телом;</p> <p>развивать тактильные ощущения; воспитывать бережное отношение к коже; желание заботиться о своем здоровье.</p> <p>Активизация словаря: лупа, микробы, пот, жировые выделения.</p>	Опыты: «Как передаются микробы от человека к человеку», «Как микробы боятся мыла»
	<b>«Наши домашние питомцы»</b>	<p>Закрепить знания детей о домашних питомцах (животных, птицах, рыбках), об их повадках, особенности питания, условия жизни, польза для человека.</p> <p>Объяснить детям опасность при встрече с домашними и дикими животными на улице, научить этой опасности избегать.</p> <p>Развивать познавательную активность, способность анализировать, делать выводы, устанавливать простейшие причинно-следственные связи.</p> <p>Воспитывать любовь к животным, умение сопереживать, помогать.</p>	
	<b>«Правила безопасности зимой»</b>	Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности при	Опыт «Свойства льда»

		<p>неблагоприятных погодных условиях – гололеде, гололедице. Дать представление о том, что сосульки могут быть опасны для человека.</p> <p>Уточнить и расширить представления детей о способах безопасного поведения на улице во время гололеда на дороге.</p> <p>Закрепить знания о правилах безопасности в природе (водоемах, в зимнее время).</p> <p>Формировать целостную картину мира, расширить кругозор в части представлений о возможных опасностях, способах их избегания, способах сохранения здоровья и жизни.</p> <p>Развивать свободное общение со взрослыми и детьми в процессе освоения способов безопасного поведения, правил поведения в стандартных опасных ситуациях.</p>	
Март	«Весна пришла»	<p>Формировать и систематизировать представления детей о признаках ранней весны, об изменениях, происходящих в живой и неживой природе (увеличивается день, сильнее греет солнце, тает снег, появляются сосульки, зацветают первые цветы, возвращаются перелетные птицы и др.); развивать логическое мышление, уметь устанавливать причинно-следственные связи, строить предположения и делать Выводы.</p>	<p>Опыт «Как тает снег»,</p> <p>«Впитывает ли почва воду?»</p>

		<p>Вызывать эстетическое переживание от весеннего пробуждения природы.</p> <p>Воспитывать любовь природе, умение чувствовать ее красоту и любовь к родному краю.</p>	
	<p><b>«Тук-тук сердечка стук»</b></p>	<p>Продолжать давать детям элементарные сведения о внутренних органах человека (сердце и кровеносная система). Сформировать основные понятия о внешнем виде, функциях и роли сердца для здоровья человека.</p> <p>Продолжать учить детей прислушиваться к себе, определять свои ощущения и их причины, развивать навыки наблюдения, делать умозаключения на основе физиологических опытов (сердцебиение, пульс). Развивать чувство ритма: определение метроритмической пульсации, передачи хлопками ритма рисунка.</p> <p>Вырабатывать сознательное отношение к здоровому образу жизни.</p> <p>Воспитывать заботу о своём здоровье и своих близких.</p>	<p>Опыт «Как движение влияет на ритм сердца»</p>
	<p><b>«Первоцветы»</b></p>	<p>Формировать умение детей различать первые весенние цветы нашего края (подснежник, крокус, ландыш, мать-и-мачеха, тюльпана), выделять их характерные особенности.</p> <p>Расширять представления о</p>	



		<p>месте произрастания растений, их значение в природе.</p> <p>Учить любоваться растущими цветами, видеть и воспринимать их красоту, беречь прекрасные творения природы; стремиться вызвать чувство благодарности природе за то, что она дарит нам чудные цветы.</p> <p>Развивать внимание, память, мышление.</p> <p>Воспитывать эстетический вкус, бережное отношение к природе.</p>	
<b>Апрель</b>	<b>«Весенняя природа. Птицы – наши друзья»</b>	<p>Показать изменения жизни и поведения птиц с приходом весны.</p> <p>Выявить связи с живой и неживой природой.</p> <p>Обобщить и систематизировать знания детей о перелетных птицах.</p> <p>Учить устанавливать взаимосвязь "птицы-насекомые-растения".</p> <p>Упражнять в решении проблемных ситуаций.</p> <p>Активизировать в речи детей словарь по темам "Весна" и "Птицы".</p> <p>Систематизировать знания детей о видах птиц, упражнять в классификации перелетных и зимующих птиц и выделении лишнего объекта.</p> <p>Развивать диалогическую речь, развивать интерес к жизни птиц, воображение, внимание, память, мышление (умение</p>	Опыт «Из чего птицы строят гнезда?»

		устанавливать причинно-следственные связи) воспитывать любознательность, желание заботиться о птицах, бережное отношение к природе	
	<b>«Загадочный космос»</b>	Уточнить и обобщить представления о Солнечной системе; рассказать об уникальности Земли – на Земле есть жизнь: растения, животные, человек, потому что есть условия – вода, воздух тепло. Земля – это дом для всех, который нужно любить и беречь. Дать представление об условиях жизни в различных регионах Земли, характерных признаках различных территорий. Развивать память, внимание, любознательность. Развивать у детей интерес к естественно – научным знаниям.	
	<b>«Наше тело. Первая помощь при травмах»</b>	Познакомить детей с основными элементарными правилами оказания первой помощи при синяках, ссадинах, порезах, ожогах, обморожении, попадании соринки в глаз, учить правильно пользоваться пластырем, йодом, зеленкой и бинтами, обрабатывать рану, промывать, накладывать повязку, Довести до понимания детей, что зачастую оказанная первая помощь может спасти человеку здоровье и жизнь. Развивать внимание и наблюдательность, умение	Опыт «Определение свойств бинта, ваты и пластыря»

		<p>самостоятельно пользоваться полученными знаниями в повседневной жизни.</p> <p>Воспитывать доброжелательность, сочувствие, сострадание, стремление оказать помощь.</p> <p>Вырабатывать сознательное отношение к здоровому образу жизни.</p> <p>Воспитывать заботу о своём здоровье и своих близких.</p>	
<b>Май</b>	<b>«Наше здоровье – в наших руках»</b>	<p>Дать дошкольникам понятие о частях суток, режиме дня, необходимости его соблюдения.</p> <p>Уточнить знания детей об основных правилах питания, культуре поведения за столом.</p> <p>Дать представление о целебных свойствах воды, солнца и воздуха, их роль в закалке организма человека.</p> <p>Воспитывать привычку заботиться о своем здоровье.</p>	
	<b>«Без воды нет жизни» «Путешествие Капельки»</b>	<p>Сформировать представление о свойствах и значении воды в жизни всех живых существ.</p> <p>Закрепить знания детей о том, где, в каком виде существует вода в окружающей среде.</p> <p>Учить детей самостоятельно проводить несложные опыты с водой и на их основе делать логические умозаключения; видеть результат по очищению загрязненной воды.</p> <p>Учить отгадывать загадки.</p> <p>Развивать у детей</p>	<p>Опыты «Свойства воды», «Куда исчезает лужа?»</p> <p>Наблюдения на прогулке по лужей</p>

		<p>познавательный интерес, через знакомство с техникой проведения опытов с водой.</p> <p>Закреплять понятия экономного использования воды, понимать необходимость такого отношения к воде как к природному ресурсу.</p> <p>Дать представление о пользе чистой воды.</p> <p>Развивать любознательность, мышление, память, внимательность. Развивать координацию движений, умение заботиться о своем здоровье.</p>	
	<b>«Мир насекомых»</b>	<p>Обобщать представления детей о многообразии насекомых.</p> <p>Упражнять в различении и назывании наиболее часто встречающихся насекомых.</p> <p>Уточнить представления детей о пользе насекомых, о взаимосвязи любого живого организма со средой обитания; общих существенных признаках насекомых;</p> <p>Уточнять представления о вреде насекомых.</p> <p>Закреплять у детей понимание и соблюдение правил поведения при встрече с разными насекомыми.</p> <p>Воспитывать бережное отношение к миру насекомых.</p>	
	<b>«Жизнь растений» (необходимые условия для</b>	<p>Закрепить представления детей о характерных признаках весны.</p> <p>Закреплять знания о том, что для роста и жизни растений</p>	<p>Опыт «Растениям легче дышится,</p>

	<b>роста и развития растениям)</b>	необходимы свет, тепло и вода. Создать условия для развития интереса детей к опытно-экспериментальной деятельности, опытным путем подтвердить условия роста и развития растений; развивать способность наблюдать, строить предположения, делать умозаключения.	если почва полить и взрыхлить», «Живая земля», «Солнечные зайчики»
--	------------------------------------	--	--

**Примерное перспективно – тематическое планирование  
по эколого-валеологическому воспитанию детей 6-7 лет  
(подготовительная группа)**

Месяц	Тема	Задачи	опыты
<b>сентябрь</b>	<b>Вот и осень наступила</b> Осенние работы на огородах и полях Овощи и фрукты	Расширение знаний детей об осени. Формирование обобщенных представлений об осени как времени года, приспособленности растений и животных к изменениям в природе, явлениях природы. Формирование первичных представлений об экосистемах, природных зонах. Расширение представлений о неживой природе.	Опыт «Есть ли у фруктов и овощей сок?»
	<b>«Познай себя. Строение тела человека. Гантелькин рекомендует»</b>	Продолжать формировать знания детей о частях тела человека и их названиях. Уточнять функциональное значение органов тела, их взаимосвязи в организме. Повторить общие правила ухода за телом.	Опыт «Дотронься до части тела, которую назвали (с завязанными глазами). Валеоминутка «Познакомимся»

			с частями тела»
	<b>«Человек и природа»</b>	Создать условия для обобщения представлений детей о том, как человек использует факторы природной среды (землю, воздух, воду, растения и животных) для удовлетворения своих потребностей, укрепления и охраны здоровья; понимания того, что человек должен бережно и гуманно относиться к среде обитания: экономно расходовать то, что в ней есть, защищать и охранять природу.	
<b>октябрь</b>	<b>«Золотая осень»</b>	Расширять и обогащать представления детей об осеннем времени года (Осень золотая). Учить понимать и видеть признаки и приметы осени, "золотой осени". Обобщать представления о связи живой и неживой природы в осенний период, о приспособлении человека к сезонным изменениям природы (внешний вид, поведения, отдых); формировать представления о правилах поведения в экстремальных или опасных ситуациях в осенний период (туман, дождь, ветер, заморозки и т.д.).	
	<b>«Грибное царство»</b>	Продолжить знакомство со съедобными и ядовитыми грибами, рассказать об их	Решение проблемных ситуаций

		<p>многообразии, предостеречь об опасностях, которые таят в себе ядовитые грибы.</p> <p>Подвести к пониманию значимости грибов для живой природы и человека. Развивать различные мыслительные способности детей: объяснять, сравнивать, делать выводы; речь, расширять и активизировать словарный запас детей по данной теме.</p> <p>Продолжить воспитывать любовь ко всему живому, бережное и заботливое отношение к природе.</p>	«Почему нельзя употреблять в пищу сырые грибы?»
	<b>«Познай себя. Наши волосы»</b>	<p>Раскрыть детям историческую необходимость наличия у человека волос.</p> <p>Познакомить детей со строением волосинки.</p> <p>Рассказать с какой скоростью и при помощи чего растут волосы.</p> <p>Знакомить детей с основными вопросами гигиены волос.</p> <p>Научить правильно, ухаживать за волосами.</p> <p>Развивать интерес и желание больше узнать о своем организме</p> <p>Воспитывать желание быть красивыми и здоровыми.</p>	Валеоминутка «Правила ухода за волосами»
<b>Ноябрь</b>	<b>«Кто, как к зиме готовится»</b>	<p>Задачи: уточнить представления о сезонных изменениях в природе, приметах осени;</p> <p>формировать у детей представление о приспособленности к зимнему периоду животного мира;</p>	

		<p>обобщить знания детей о перелетных и зимующих птицах; познакомить с интересными фактами из жизни диких животных.. Развивать умение устанавливать взаимосвязи между сезонными изменениями в неживой природе и особенностями жизни животного мира; логическое мышление, любознательность.</p> <p>Развивать умение общаться и взаимодействовать с взрослыми и сверстниками в процессе познавательной деятельности</p> <p>Воспитывать любовь к природе, бережное отношение к ней.</p>	
	<p><b>«Почему мы растем?»</b> <b>«Наши руки»</b></p>	<p>Дать детям представление о том, что у каждого человека внутри есть кости, которые составляют подвижную конструкцию – скелет нашего тела, защищающий внутренние органы от различных повреждений; кости приводятся в движение мышцами, благодаря которым человек может совершать различные движения (мышцы – это наша сила и красота); учить ощущать и чувствовать процесс движения любой частью тела. Формировать у детей представления о правильной осанке.</p> <p>Познакомить детей с правилами укрепления мышц.</p> <p>Познакомить с правилами профилактики переломов и</p>	<p>Валеоминутка «Гимнастика для пальцев».</p> <p>Валеоминутка «Правила безопасного поведения при падении»</p>



		<p>вывихов; воспитывать чувство любви к своему организму, восхищение его возможностями.</p>	
	<p><b>«Наши эмоции»</b></p>	<p>Дать детям понятие о разнообразии чувств, которые переживает человек в течение своей жизни: любовь, надежда, тревога, радость, страх, возмущение, стыд, волнение, доброта, восхищение, горе, обида, скука, смех, страдания, удовольствия, зависть, грусть и т.д. Продолжать формировать у детей представления о влиянии эмоций на здоровье. Закрепить умение узнавать, показывать эмоции «Радость», «Грусть», «Удивление», «Страх», «Злость», словесно обозначать и адекватно реагировать на них. Закреплять умения определять настроение по мимике лица и позе, понимать свои чувства и чувства других.</p> <p>Продолжать развивать эмпатию, воображение, выразительность речи, развитие мимики и движений. Создавать психологический микроклимат в группе, бодрое и радостное настроение.</p> <p>Формировать положительное отношение к окружающим, сбалансированность эмоций; формировать доброжелательные и равноправные отношения между сверстниками, между педагогом и воспитанниками.</p> <p>Совершенствовать</p>	

		коммуникативные навыки детей. Воспитывать доброжелательность, сочувствие.	
Декабрь	<b>«Зима. Сезонные явления в природе»</b>	Продолжать формировать и обобщать представления детей о типичных зимних явлениях в неживой природе. Закрепить знания об особенностях существования растений зимой. Обобщить знания об образе жизни и поведении животных зимой. Формировать эстетическое отношение к зимним явлениям.	Опыты: Свойств а снега: «Каким бывает снег? » «Почему снег греет? «
	<b>«Познай себя. Кожа и здоровье»</b>	Расширять знания детей про кожу как защитный орган тела. Формировать представления о способности человека при помощи прикосновения различать предметы, а так же способность кожи реагировать на боль, тепло, холод. Развивать у детей желание самостоятельно придерживаться правил личной гигиены.	Опыт: «Определение индивидуального рисунка на пальцах». Опыт: «Кожа может растягиваться». Валеоминутка «Первая помощь при повреждениях кожи».
	<b>«Детские болезни, какие они?».</b>	Познакомить детей с разными состояниями организма: по состоянию здоровья и болезни. Ввести понятие «инфекция», выяснить её роль в заболевании человека. Рассказать про профилактические способы. Воспитывать внимательное отношение к больным людям, заботу о своём здоровье.	Валеоминутка «Зелёные врачи» (фитотерапия) Опыт «Грязные и чистые руки» «Лучок – здоровячок»

<b>Январь</b>	<b>«Стихийные бедствия в природе зимой».</b>	<p>Расширить представление детей о таких стихийные бедствиях, как снежная буря, ураган, снежные заносы, метель, град, гололёд; дать представление об основных правилах поведения в экстремальных ситуациях, о том, к кому можно обратиться за помощью; учить элементарным правилам поведения в случаях их возникновения; познакомить детей с сигналом "Внимание всем!" и действиями во время эвакуации; развивать умение преодолевать страх, практические навыки эвакуации; воспитывать сочувствие к людям, которые страдают от стихийного бедствия.</p>	
	<b>«Познай себя. Зоркие глазки»</b>	<p>Дать представление о том, что глаза являются одним из основных органов чувств человека.</p> <p>Познакомить детей со строением глаза, показать, какую роль играет зрение в жизни человека.</p> <p>Формировать знания детей о том, что полезно, а что вредно для глаз. Закреплять умение ориентироваться в схеме собственного тела; соотносить предмет с его словесным обозначением.</p> <p>Развивать навыки исследования предметов с помощью глаз. Познакомить детей с профессией окулиста, закрепить знания о</p>	

		<p>строении глаза; объяснить важность сохранения зрения для человека, продолжать знакомить с техникой безопасности для глаз. Освоить элементы гимнастики для глаз.</p> <p>Развивать речеслуховое внимание, развивать зрительные ощущения.</p> <p>Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, бережное отношение к себе.</p>	
	<p><b>«Азбука общения»</b></p>	<p>Закреплять знания детей о нравственно-этических нормах поведения. Сформировать представление об этикете, формировать элементарные правила нормы поведения в разных ситуациях, представление о хороших и плохих поступках.</p> <p>Закреплять знания детей о том, что вежливым поведением можно воздействовать на поведение людей, на их чувства.</p> <p>Развивать умение правильно оценивать себя и других, продолжать развивать способность понимать действия, изображенные на картинке и соотносить их действительностью.</p> <p>Продолжать развивать умение разных форм приветствия, обращения с просьбой.</p> <p>Закреплять знания детей о правилах поведения в общественных местах. Закрепить</p>	

		<p>умение употреблять различные формы словесной вежливости.</p> <p>Воспитывать потребность в общении со сверстниками, применять полученные навыки общения в игровых и жизненных ситуациях.</p> <p>Воспитывать уважительное отношение к окружающим людям.</p>	
Февраль	«Познай себя. Наши ушки»	<p>Продолжать формировать представления детей об органах слуха; дать понятия об основных функциях уха; учить через опытно-экспериментальную деятельность развивать силу, высоту, тембр звуков;</p> <p>Закрепить знания о правилах ухода за ушами.</p> <p>Познакомить детей с понятием звуковая волна, помочь детям получить ответы на вопросы: «Как распространяется звуковая волна, выявить причины усиления звука, выделить характерные звуки стеклянных предметов, используя разные способы обозначения.</p> <p>Формировать интерес к проведению экспериментирования со звуками.</p> <p>Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.</p> <p>Обучить элементам самомассажа ушной раковины.</p>	Опыт «Как распространяется звук»
	«Что такое воздух?»	Обогатить и систематизировать знания детей о воздухе и его	Опыты «Свойства

	<p><b>«Как мы дышим?»</b></p>	<p>свойствах: прозрачный, без цвета, без запаха, без вкуса, плотность, он есть повсюду, подвижность; с таким природным явлением, как ветер, причинами его возникновения; с тем, как человек использует воздух (ветер).</p> <p>Развивать интерес к исследовательской деятельности; развивать мышление и воображение; устанавливать простейшие связи, делать выводы; учить, на основе выявленных свойств, устанавливать закономерности.</p> <p>Формировать представление о красоте природного мира, о положительном и отрицательном воздействии человека на атмосферу земли.</p> <p>Продолжать формировать представления детей о роли воздуха и органов дыхания в жизни человека, об основных особенностях работы дыхательной системы.</p> <p>Рассказать о сходстве жизненных потребностей человека, животных и растений.</p> <p>Формировать стремление вести и поддерживать здоровый образ жизни и вызывать негативное отношение к вредным привычкам.</p> <p>Закрепить гигиенические правила по уходу за носом, напомнить правила этикета.</p>	<p>воздуха», «Возникновение ветра» Опыт «Определение работы легких с помощью воды и мочалки» Валеоминутка «Советы для профилактики заболевания носа»</p>
--	-------------------------------	---	--

		Воспитывать желание бережно относиться к своему здоровью.	
	<b>«Зима, не даром злится прошла её пора..»</b>	<p>Сформировать у детей обобщенное представление о зиме как время года. Уточнить представление о жизни растений и животных в это время года. Учить находить слова для описания красоты природы, время действия.</p> <p>Упражнять умственные умения детей объяснять, сравнивать, рассуждать, делать выводы, высказывать свое мнение.</p> <p>Закреплять умение правильно строить предложение, при ответе на вопросы. Уметь рассказывать о зиме и ее явлениях в стихах, пословицах, загадках.</p> <p>Вспомнить народные приметами, пословицы.</p> <p>Воспитывать чувство эмпатии к родной природе.</p>	
<b>Март</b>	<b>«Весна пришла»</b>	<p>Формировать интерес к познанию изменений в природе, происходящих ранней весной, учить детей активно искать ответы на вопросы, высказывать догадки и предположения;</p> <p>закреплять представления детей о многообразии природного мира, причинах природных явлений ранней весной, об особенностях существования животных и растений в сообществе (лес, поле, река, город), о взаимодействии человека и природы в этот</p>	<p>Опыт «Превращение снега в воду»,</p>

		<p>период весны;  поддерживать проявление  инициативы детей в  самостоятельных наблюдениях и  рассуждениях о природе и  природных явлениях ранней  весной;  поддерживать детей в  соблюдении экологических  правил;  воспитывать нравственные и  эстетические чувства, связанные  с красотой природного мира.</p>	
	<b>«Наше сердце и кровь»</b>	<p>Продолжать формировать  представление о системе  кровообращения (сердце,  кровеносные сосуды, их функции  и расположение в теле человека;  кровь, её назначение);  развитие у детей способности  делать умозаключения на основе  физиологических опытов  (сердцебиение, пульс,  поступление крови);  формирование основ  здоровьесберегающего  мышления, умения использовать  полученные знания для своего  оздоровления, укрепления  здоровья;  расширение словарного запаса  детей (кровеносные сосуды,  пульс, фонендоскоп, мышечный  мешочек, кислород, углекислый  газ, вена); воспитание у детей  элементарных навыков  здорового образа жизни.</p>	<p>Опыт: «Считаем  пульс»  Опыт: сколько  литров крови у  ребенка  (показать 3  литровых пакета  молока).  Валеоминутка  «Как остановить  кровь из носа»  «Движение  крови»  (надавливание  на ноготь  большого  пальца),  «Сердце -  насос»</p>



	<p><b>Первоцветы «Размноже- ние растений»</b></p>	<p>Обогащать знания детей о первых весенних цветах родного края (подснежники, пролески, фиалки, мать-и-мачеха), их вид, место произрастания (лес, луг, парк). Учить сравнивать и классифицировать цветы (дикорастущие и культурные) обогащать знания детей о редких растения, занесенных в "Красную книгу"; воспитывать сознательное и ответственное отношение к флоре родного края. Знакомить детей с линией жизни растений; побудить самостоятельно строить простую систему "линия жизни" (семена – росток – саженец – крупное растение) уточнить знания детей о том, из чего можно вырастить растение, дать понятие о новом способе выращивания растений – черенкование; закреплять понятия: черенки, черенкование; вызвать желание самостоятельно выращивать растения, положительные эмоции от общения с живой природой.</p>	<p>Опыты «Пробуждение растений» Опыт «Весенние цветы» (размножение лукавицами)</p>
--	---	--	--

<b>Апрель</b>	<b>«Встречаем перелетных птиц»</b>	<p>Обобщить и систематизировать знания детей об изменениях в жизни птиц весной (возврат, гнездования, выведения птенцов, добывания пищи, забота о птенцах), устанавливать связь между сроками возврата птиц и наличием кормов; расширять знания детей о том, какие гнёзда строят, где их размещают, как размножаются, чем питаются</p> <p>разные птицы; как люди заботятся о них; воспитывать бережное отношение к птичьих гнезд и желание заботиться о них.</p>	
	<b>«Солнечная система»</b>	<p>Предоставить понятие о Солнце и Солнечной системе (вокруг Солнца вращаются планеты, они разные по размеру), ознакомить с особенностями некоторых ближайших к Земле планет (Марс, Венера, Сатурн), с приборами, с помощью которых исследуют звезды, с профессиями, связанными с исследованием космоса (астроном, космонавт).</p> <p>Расширять представления детей о планете Земля и влияние на нее Солнца; дать представление об обращении планеты вокруг своей оси и смену дня и ночи; предоставить понятие о "сутки" и жизни живых организмов в разные части суток; понимать значение режима дня для здоровья человека; воспитывать</p>	Опыты «Солнце и его семья», «Смена дня и ночи», «Смена времён года»

		<p>желание соблюдать режим дня.</p> <p>Воспитывать интерес к космическому пространству.</p>	
	<p><b>«Откуда я появился?»</b></p>	<p>Формировать познавательный интерес к человеку.</p> <p>Познакомить детей с появлением ребенка на свет.</p> <p>Объяснить, что маленькая девочка, подрастая, становится женщиной.</p> <p>Дать понятие детям о том, что ребенка может рожать только женщина.</p> <p>Ребенок развивается в животе матери и рождается в больнице.</p> <p>Рассказать, что пища, которую потребляет мама, помогает ребенку развиваться.</p> <p>Показать взаимосвязь человека и его окружения; дать понятие о роде и поколениях;</p> <p>Словарь: беременность, рождение, развиваться, роды, пуповина.</p>	
<p><b>Май</b></p>	<p><b>Мир насекомых</b></p>	<p>Формировать обобщенные представления детей о насекомых как живых существах, живущих на земле, которые могут ползать, летать в воздухе, и имеющих типичное строение; умение устанавливать причинно-следственные связи (время года – поведение насекомых); умение использовать предметно-схематическую модель для описания внешнего вида, повадок.</p> <p>Дать обобщающие понятия о</p>	<p>Опыты «Муравьиная дорожка», «Изучение паутины», «Как пчелы переносят пыльцу?»</p>

		<p>насекомых: насекомые, травоядные, хищные, всеядные. Закрепить знания детей об опасных для жизни и здоровья человека насекомых, с которыми встречаемся в природе.</p> <p>Дать знания о правилах поведения при встрече с разными насекомыми.</p> <p>Развивать интерес к познанию окружающей природы, соблюдая осторожность, осмотрительность.</p> <p>Воспитание толерантного отношения к насекомым.</p>	
	<p><b>«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья».</b></p>	<p>Формировать знания о том, что природа является источником здоровья.</p> <p>Обобщать представление о здоровом образе жизни, о влиянии закаливания, двигательной активности, питания, правил гигиены, на организм людей. Закреплять знания о правилах закаливания организма для сохранения и укрепления здоровья.</p> <p>Закреплять представление о том, какое большое значение имеют воздух, вода и свет для всего живого на земле, расширить знания о роли воды, воздуха, солнца в жизни человека; научить понимать, что чистый воздух необходим для здоровья человека, что чистая вода (родники) – это бесценный дар природы; подвести детей к</p>	<p>Опыт: «Сравнение на вкус водопроводной и ключевой воды»</p>

		<p>выводу о необходимости света для роста растений и жизни всего живого на земле.</p> <p>Расширить знания детей о свойствах воздуха, воды и солнца через опытно - экспериментальную деятельность с детьми. Через различные виды деятельности формировать у детей бережное отношение к себе и к своему здоровью.</p> <p>Развивать мышление, память, любознательность, умение рассуждать.</p> <p>Воспитывать бережное отношение к своему здоровью, природе.</p>	
	<p><b>«Мир растений в моём здоровье» (лекарственные и ядовитые растения)</b></p>	<p>Формировать представления детей о лекарственных и ядовитых растениях. Уточнять знания о лекарственных растениях, нашего края, правилах их сбора, хранения и применения. Продолжать знакомить детей с ядовитыми растениями; дать представление об опасности, исходящей от ядовитых растений (обонятельная, тактильная, пищевая); учить различать ядовитые растения.</p> <p>Познакомить с тем, какую пользу могут оказывать лекарственные растения и какой вред могут нанести организму человека ядовитые растения.</p> <p>Учить детей с осторожностью</p>	

		<p>относиться к незнакомым растениям в природе; понимать, что среди них могут быть ядовитые, опасные для человека; помочь запомнить некоторые из них. Закрепить понятия о взаимосвязи растительного мира и человека.</p> <p>Уточнять знания о лекарственных растениях, которые есть на территории детского сада (мята, подорожник, одуванчик, чистотел), развивать умение работать по плану экологической тропы.</p> <p>Развивать любознательность, наблюдательность.</p> <p>Развивать экологическое мышление в процессе исследовательской деятельности, творческое воображение.</p> <p>Расширять знания детей о растениях. Воспитывать уважение к природе.</p>	
	<p><b>«Прикоснись к природе сердцем»</b></p>	<p>Расширять, пополнять и уточнять знания детей о природе, раскрывающие взаимосвязь между объектами природы, а также определяющие отношения между природой и человеком на основе конкретных правил поведения (в лесу, на лугу и в других природных сообществах). Формировать интерес к проблеме охраны природы. Расширять представление о содружестве человека и природы, о положительном и отрицательном</p>	

		<p>влиянии человека на природу. Обобщить знания и представления детей о проблемах загрязнения окружающей среды; подвести к пониманию необходимости постоянно охранять окружающую среду.</p> <p>Закреплять понятие «заповедник», продолжать расширять представления о заповедных местах нашего края «Балка скелевая» и «Тишкина криница». Способствовать развитию мышления, логики, творчества, эмоций, чувства ответственности у детей. Воспитывать любовь и бережное отношение к природе.</p>	
--	--	--	--

## Рекомендуемая литература

1. Ашиков В.И., Ашикова С.Г. Семицветик. Программа и руководство по культурно-экологическому воспитанию и развитию детей дошкольного возраста. – М., 2012.
2. Бондаренко Т. М. Экологические занятия с детьми 5-6 лет. – Воронеж: Учитель, 2004.
3. Букин А. П. В дружбе с людьми и природой. - М.: Просвещение, 2011. - с. 111-113.
4. Васильева А. И. Учите детей наблюдать природу. – М., 2013. – 56 с.
5. Голицина Н. С., Шумова И. М. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей. - М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2008. – 120 с.
6. Зенина Т. Наблюдаем, познаем, любим // Дошкольное воспитание. - 2011. - № 7. - с. 31-34.
7. Иванова А. И. Методика организации экологических наблюдений и экспериментов в детском саду: Пособие для работников дошкольных учреждений. - М.: ТЦ Сфера, 2011. - 56 с.
8. Ковинько, Л. В. Секреты природы – это так интересно! – М.: Линка-Пресс, 2014. – 72 с.
9. Кузнецова М. Н. Оздоровление детей в детском саду. Система мероприятий / М.Н. Кузнецова. – М.: Айрис-пресс, 2008. – 96 с.
10. Мир природы и ребенок: Методика экологического воспитания дошкольников / Л.А. Каменева, Н.Н. Кондратьева, Л.М. Маневцова, Е.Ф. Терентьева/ Под ред. Л.М. Маневцовой, П.Г. Саморуковой. - С-Пб.: Детство-пресс, 2011. - 319 с.
11. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. – 96 с.
12. Николаева С. Н. Создание условий для экологического воспитания детей / С.Н. Николаева. – М.: Новая школа, 2013.
13. Николаева С. Н. Типовая модель экологического воспитания / С.Н. Николаева // Дошкольное воспитание. - 2014. – № 4. – с. 14-20.
14. Рыжова Н. А. Педагогические модели организации экологического образования в ДОУ / Н.А. Рыжова // Дошкольное воспитание. - 2010. – № 9. – с. 40.
15. Соломеникова О. А. Ознакомление с природой в детском саду. Подготовительная к школе группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018. – 112 с.
16. Соломеникова О. А. Ознакомление с природой в детском саду. Младшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018. – 64 с.



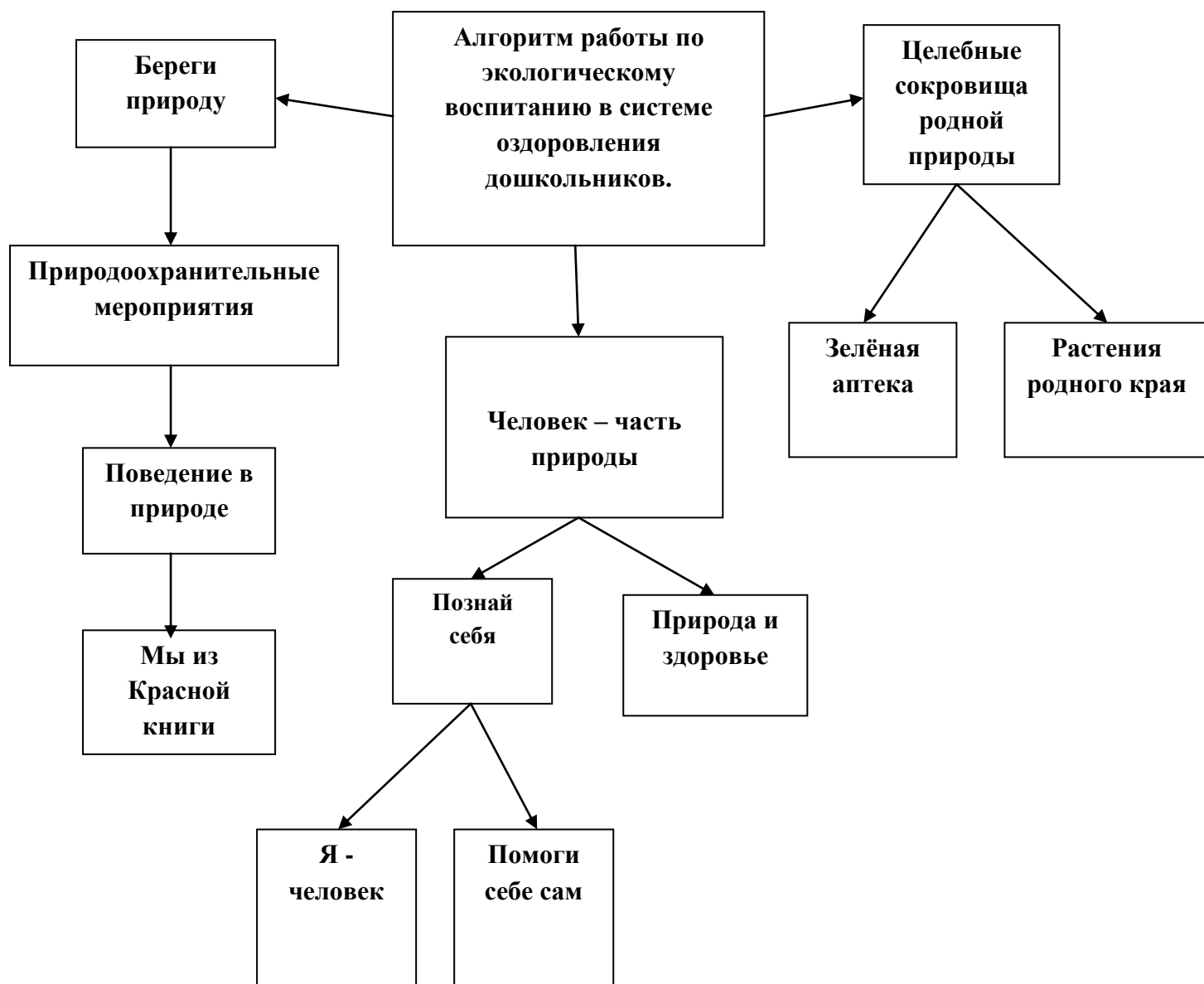
17. Соломеникова О. А. Ознакомление с природой в детском саду. Средняя группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. – 96 с.

18. Типовая образовательная программа дошкольного образования «Растим личность» / Авт.-сост. Арутюнян Л.Н., Сипачёва Е.В., Макеенко Е.П., Котова Л.Н., Михайлюк С.И., Бридько Г.Ф., Губанова Н.В., Кобзарь О.В. - ГОУ ДПО «Донецкий РИДПО». – Донецк: Истоки, 2018. – 208с.

## Приложения

### Приложение А





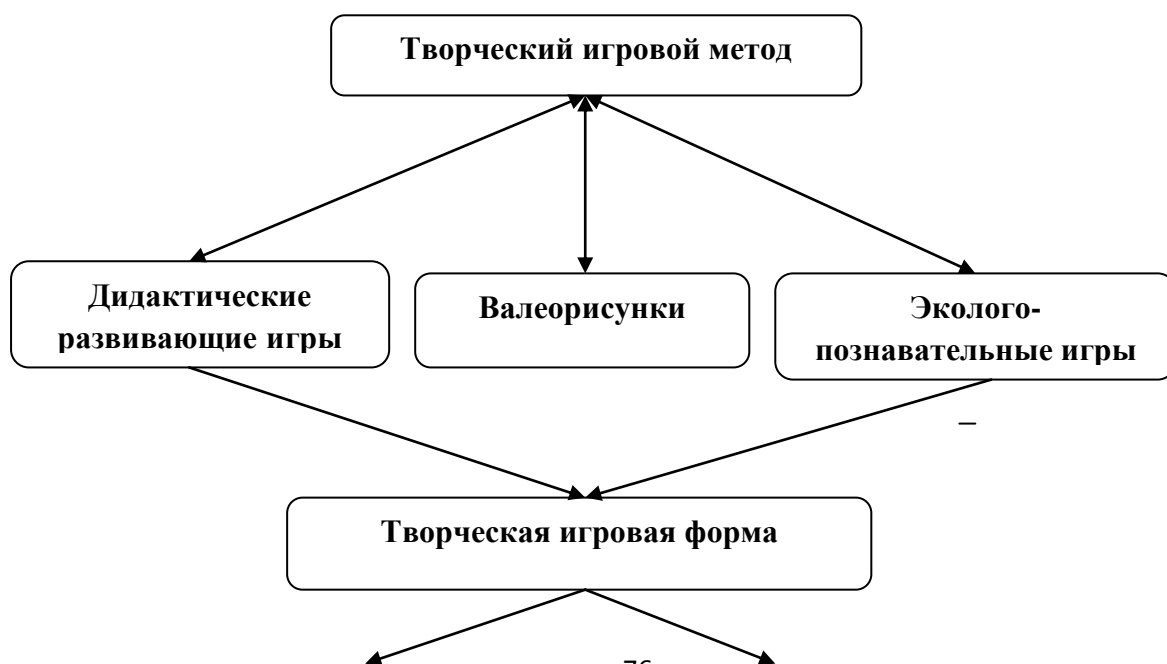
### **Творческий игровой метод**

Сущность творческого игрового метода состоит в решении познавательных задач, поставленных в интересной для детей форме, способствует повышению мотивации к здоровому образу жизни, желанию заботиться о своём здоровье и решению проблем оздоровления организма через средства природы. Именно решение познавательных задач соединено с умственным напряжением, с преодолением трудностей, приучает ребёнка к умственному труду через творческую игровую форму.

Различные животные, куклы, сказочные герои помогают детям знакомиться с режимом дня, с закаливанием, с питанием, с частями своего тела, с культурно-гигиеническими навыками, с физическими упражнениями. Так, сказочный герой Капитошка обращает внимание детей на взаимосвязь человека с природной средой. Зимой, в холодную погоду, детям необходимо рассказывать, что надо тепло одеваться, чтобы не заболеть; осенью, в дождливую погоду, надо обувать резиновые сапоги, чтобы не промочить ноги и выходить на улицу с зонтиком; летом, в жаркую погоду, надевать на голову панаму, чтобы сохраниться от солнечных лучей. Любимая Капелька помогает детям путешествовать в природу, наблюдать за природными явлениями и объектами, любоваться их красотой. Веселые овощи и фрукты рассказывают об огороде, саде, о том, как полезно их употреблять в пищу. Тетушка Мочалка, дедушка Мыло, мальчик Расческа приучают детей следить за чистотой своего тела. Смелые воины Лук и Чеснок охраняют малышей от болезни. Вместе с книгой Валеологией путешествуют по стране Валеологии. Очень нравятся детям эколого-познавательные игры «Уроки Мойдодыра», «Солнце, воздух, вода – наши лучшие друзья», «В гостях у Зубной Щетки» и др. Сказочные герои помогают детям освоить азы здоровья в стране Валеологии, Спортляндии, Витаминии.

Любят дети в ходе занятия выполнять **динамические валеорисунки**, которые способствуют развитию мелкой моторики кисти руки, помогают сопереживать валеогероям, закреплению полученных знаний. Например, путешествия в страну валеологии, дети могут изображать в своих рисунках Книгу Валеологию, идущую со своими друзьями Капелькой, Гантелькиным по дороге здоровья. Страна Валеология может быть выглядеть в форме замка. Интересные рисунки детей о лекарственных растениях, где они их одушевляют. Изображают с глазами, улыбающимся ртом, листьями – руками тянущимися к солнцу. А в рисунке «Друзья комнатных цветов» - хоровод Капельки, Палочки – Капалочки, Солнышко. И эти рисунки дети должны придумывать сами. Динамические валеорисунки развивают у детей творческие способности, воображение, мелкую моторику кисти руки, способствуют закреплению пройденного материала.

Наблюдения в природе заставляют детей мыслить, рассуждать, наслаждаться красотой природы в разное время года, в разные погодные условия. От здоровой природы, ее гармонии ребенок получает эмоциональный комфорт. Ароматы, цвета, звуки, формы природы влияют на детей и помогают им быть крепкими, здоровыми, веселыми и радостными. Поэтому во время прогулок необходимо обращать внимание детей на красоту природных объектов и явлений, их влияние на здоровье человека.



Решение  
познавательных  
задач

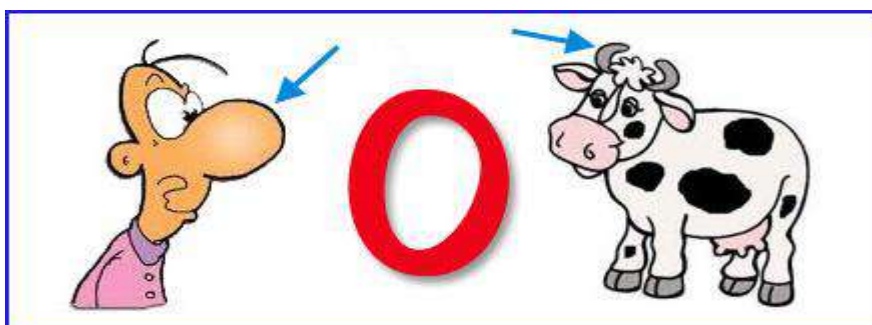
Умственная  
нагрузка

Приложение Г

### Эколого – валеологические игры

#### Игры – упражнения (ребусы)

**Ребус** — это загадка, в которой разгадываемые слова даны в виде рисунков в сочетании с буквами и другими знаками, например нотами. Ребусы — это замечательный тренажер логики, мышления, развития речи.



**Носорог**



**Крапивница**



**Лимонница**



Калина



Капустник



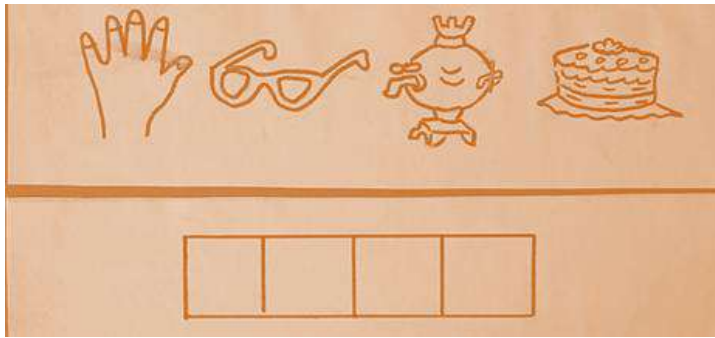
Лиса



Пальцы



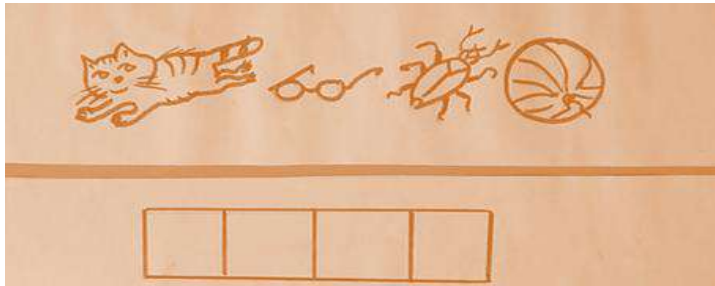
Огород



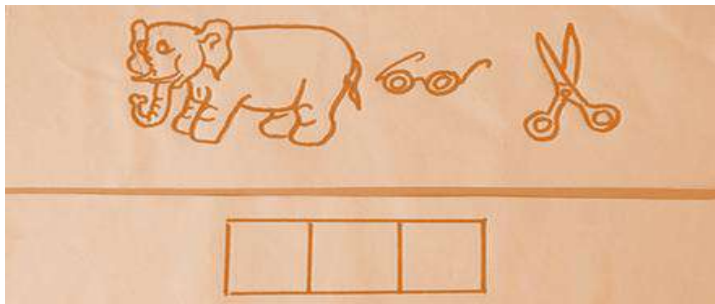
**Роса**



**Запах**



**Кожа**



**Сон**



**Мозг**

## Игры – путешествия

### ➤ «Путешествие в страну Валеологии»

#### «Тайны здоровья»

**Дидактическая задача:** познакомить детей с понятием «здоровья».

**Игровые правила:** выбор карточек и соотнесение их с изображением здорового и больного человека.

**Игровые действия:** выбор карточек и соотнесение их с изображением здорового и больного человека.

**Ход игры.** Воспитатель проводит беседу с помощью Книги Валеологии. «Что такое здоровье». Вопросы к детям. Как вы понимаете слово «здоровье? Какие признаки здорового и больного человека? Объясните. Книга Валеология предлагает рассмотреть картинки с изображением здорового и больного человека. Дети по очереди выбирают сначала изображение здорового, а затем больного человека.

### ➤ «Путешествие в королевство Зубной Щётки»

#### «Советы Зубной Щётки»

**Дидактическая задача:** закрепить навыки личной гигиены.

**Игровые правила:** открывая страницы игры, дети составляют рассказы о правилах личной гигиены.

**Игровые действия:** с помощью страниц игры, сделанной своими руками, дети рассказывают истории путешествия в королевстве Зубной Щётки.

**Ход игры.** Королева Зубная Щётка приглашает детей в путешествие по страницам королевства: лес расчёсок, банное озеро, здоровые зубы. На каждой страничке дети останавливаются и рассказывают о правилах личной гигиены: как сохранить здоровые волосы, кожу, зубы, что нужно для этого делать.

### ➤ «Путешествие в страну Витаминию»

#### «Где живет витаминка?»



**Дидактическая задача:** знакомить детей с видами витаминов и их источником.

**Игровые правила:** нужно выбрать картинку, и назвать какие витамины находятся в данном фрукте или овоще.

**Игровые действия:** выбор карточек и соотнесение их с изображением овоща или фрукта.

**Ход игры:** Чиполлино предлагает детям игру – путешествие - эстафету. Воспитатель предлагает детям разделиться на две команды. Игрок первой команды показывает витамин, а игроки другой команды показывают картинки с изображением овощей и фруктов, в которых он есть. Далее наоборот: игрок второй команды показывает картинку с изображением фрукта или овоща, а игроки первой команды называют витамины, которые в нем есть и показывают соответствующую картинку.

➤ **«Путешествие с Доктором Градусником»**

**"Что любит сердце?"**

**Дидактическая задача:** прививать привычку к здоровому образу жизни, расширять кругозор детей по профилактике болезни сердца.

**Игровые правила:** Нужно называть вид продукта или вид деятельности полезный для сердца.

**Игровые действия:** называние слов и соединение частей сердца в целое.

**Ход игры.** Воспитатель предлагает детям называть виды продуктов и виды деятельности, полезные для сердца. Каждое названное слово – это часть сердца. Постепенно по мере названия детьми слов получается целое сердце. Количество игроков 8-10 человек.

➤ **«Путешествие с Гантелькиным»**

**«Утро начинается...»**

**Дидактическая задача:** приучать детей к выполнению режима дня, закреплять виды деятельности, проводимые в разное время суток.

**Игровые правила:** Нужно называть виды деятельности, проводимые утром, днем, вечером, ночью.

**Игровые действия:** выбор картинок и называние видов деятельности, соответствующие утру, дню, вечеру и ночи.

**Ход игры.** Воспитатель предлагает детям выбрать картинку времени суток и назвать к ней соответствующие виды деятельности, которые необходимо проводить в это время суток и расположить карточки в той последовательности, в которой они должны выполняться. Количество игроков 8-10 человек.

➤ **«Путешествие с Доктором Айболитом»**  
**«Часы здоровья»**

**Дидактическая задача:** закреплять знания у детей о вредных и полезных продуктах питания и видах деятельности.

**Игровые правила:** Нужно прокрутить стрелки на "часах здоровья" и определить полезность или вредность изображения.

**Игровые действия:** определение полезности или вредности изображения на картинке.

**Ход игры:**

1 вариант. Воспитатель предлагает детям по очереди прокручивать стрелки на "часах здоровья", при этом периодически говорит: "Стоп". Игрок останавливает стрелку на "часах здоровья", рассматривает изображение, на которое она направлена и рассуждает о полезности или вредности того, что находится на картинке. Количество игроков 8-10 человек.

2 вариант. Совместить два круга часов и соотнести варианты картинок. Например, во время занятия – не кричать или перед сном не смотреть долго телевизор.

➤ **«Путешествие с Доктором Градусником»**  
**«Дерево здоровья»**

**Дидактическая задача:** закреплять знания у детей о вредных и полезных продуктах питания.

**Игровые правила:** Нужно распределить картинки на листочках по соответствующим деревьям.

**Игровые действия:** определение полезности или вредности изображения на картинке.

**Ход игры.** Воспитатель предлагает детям разделиться на две команды, выбрав для себя дерево "здоровья" или дерево "нездоровья" и включает легкую музыку.

Пока играет музыка, дети развешивают листочки с картинками по соответствующим деревьям. Как музыка остановилась, воспитатель подводит итоги выполнения задания. Количество игроков 8-10 человек.

➤ **«Путешествие с Капелькой»**

**«Здоровье с комнатными растениями»**

**Дидактическая задача:** закреплять знания у детей о комнатных растениях, их названиях и полезных свойствах.

**Игровые правила:** Нужно выбрать из ряда картинок картинку с изображением комнатных растений, назвать их и перечислить его полезные свойства.

**Игровые действия:** называние растения и определение его полезности.

**Ход игры.** Воспитатель предлагает детям выбирать по очереди перевернутые картинки. Рассмотрев изображение на картинке ребенку необходимо назвать комнатное растение и перечислить его полезные свойства. Выполнив задание, ребенок получает фишку. Выиграл тот, у кого больше фишек. Количество игроков 8-10 человек.

➤ **«Путешествие с Доктором Градусником»**

**«Будь здоров»**

**Дидактическая задача:** формировать привычку здорового образа жизни, закреплять знания у детей о полезных продуктах и видах деятельности.

**Игровые правила:** Нужно выбрать по очереди картинку с изображением продукта питания и вида деятельности и соотнести их между собой.

**Игровые действия:** соотнесение продукта питания с видом деятельности.

**Ход игры.** Воспитатель предлагает детям выбрать, например, картинку с изображением моркови и спортсмена и соотнести их между собой: спортсмен для питания выбирает полезные овощи и т.д. Количество игроков 8-10 человек.

➤ **«Путешествие с Капитошкой»**

**«Здоровье и цвет»**

**Дидактическая задача:** учить создавать определенный настрой на определенный вид деятельности с помощью цвета.

**Игровые правила:** Нужно соотносить определенный цвет с определенным видом деятельности.

**Игровые действия:** соотнесение цвета с соответствующим видом деятельности.

**Ход игры.** Воспитатель предлагает детям выбрать цвет и соотнести с соответствующим видом деятельности:

Красный – возбуждающий, энергетический (занятия, экзамен, спорт);

Желтый – при напряженной работе глаз (пишут, рисуют, читают);

Синий, голубой – при напряженных физических нагрузках (отдых после физических нагрузок);

Фиолетовый – ускоряет процессы регенерации (быстрое заживление после болезни);

Оранжевый – для преодоления вялости (поют, танцуют);

Зеленый – для создания положительного эмоционального фона (спальня, отдых).

## Игры – предположения

### «Что было бы»

1. Что было бы, если бы съел много конфет, печенья, пирожных...
2. Что было бы, если бы не было дождя...
3. Что было бы, если бы человек перестал видеть, слышать...
4. Что было бы, если бы люди бросали мусор в лесу...
5. Что было бы, если бы у ёжика не было колючек...
6. Что было бы, если бы всё время светило бы солнце...
7. Что было бы, если бы всё время была пасмурная погода...
8. Что было бы, если бы Маша и Ваня не умывались по утрам...
9. Что было бы, если бы у кошки выросли рога...
10. Что было бы, если бы у белки не было хвоста...
11. Что было бы, если бы дворники не убирали улицы...

### «Что бы ты сделал»

1. «Что бы ты сделал», если мальчишки обижают собаку...
2. «Что бы ты сделал», если школьники бросили бумагу на тротуар...
3. «Что бы ты сделал», если ты дома один и в дверь постучали...
4. «Что бы ты сделал», если бы поранил ногу...
5. «Что бы ты сделал», если бы почувствовал запах газа в квартире...
6. «Что бы ты сделал», если бы ты простудился...
7. «Что бы ты сделал», если промочил ноги...
8. «Что бы ты сделал», если в глаз попала соринка...
9. «Что бы ты сделал», если увидел бы, что дети играют со спичками...
10. «Что бы ты сделал», если мама тянет тебя за руку и пытается пройти на красный свет...
11. «Что бы ты сделал», если твой друг подарил тебе первоцветы...

## Игры – загадки

### «Загадки-шутки»

1. Когда человек бывает деревом? (когда он со сна)
2. На что похожа половина яблока? (на вторую половину)
3. Чем кончаются как день, так и ночь? (мягким знаком)
4. Может ли страус назвать себя птицей? (нет, он не умеет говорить)
5. Каким гребешком никто не чешется (петушиным)
6. Что находится между рекой и берегом? (И)
7. Какой месяц короче всех? (май, всего три буквы)
8. Может ли кулик прикусить себе язык? (у птицы нет зубов)

### Загадки про экологию

Они украшают луга и леса

И это не только природы краса –

В них пчёлы находят целительный дар

И бабочки пьют их них сладкий нектар. **Ответ:** Цветы

Они – лесные санитары.

Так прозвали люди их недаром.

Чтобы лес был красив и здоров,

Без личинок вредных и жуков,

Они на страже день и ночь

Гонят разных короедов прочь. **Ответ:** Муравьи

Можем мы в траве их встретить,

Ведь жильцов там миллион!

Ты их увидишь на пути –

Не обижай, а отойди!

Без них весь лес, друг мой,

И одинокий, и пустой. **Ответ:** Насекомые

Что за чудо-красота!

Расписные ворота

Показались на пути!

В них ни въехать,  
Ни войти. **Ответ:** Радуга

Над землей трава,  
Под землей бордовая голова. **Ответ:** Свекла

На сучках висят шары,  
Посинели от жары. **Ответ:** Слива

Без взрослых с ним развлекаться опасно,  
Закончиться может забава ужасно.  
В лесу очень сухо бывает порой  
И он обернется серьезной бедой. **Ответ:** Костер

### **Игры – беседы**

#### **Беседа на тему: «Я – человек»**

1. Назови отличия человека от животных.
2. Зачем человеку имя?

#### **Беседа на тему: «Что такое здоровье?»**

1. Как я устроен?
2. Что такое болезнь?
3. Назови помощников здоровья.

#### **Беседа на тему: «Надо, надо умываться по утрам и вечерам»**

1. Назови первого друга здоровья.
2. Значимость личной гигиены для здоровья.

#### **Беседа на тему: «Зачем нужны врачи»**

1. Для чего людям нужны врачи?
2. К какому врачу ты обратишься, когда у тебя заболит ухо?

#### **Беседа на тему: «Зачем мы дышим?»**

1. Как правильно дышать через нос или через рот?
2. Как мы дышим на улице?

#### **Беседа на тему: «Для чего мы дышим?»**

1. Что нужно для того, чтобы правильно дышать?

2. Какую пользу получает организм от правильного дыхания?

**Беседа на тему: «Чтобы уши слышали»**

1. Назовите роль слуха для ориентировки в окружающей действительности.
2. Назовите правила гигиены и ухода за ушами.

**Беседа на тему: «Для чего нужна зарядка?»**

1. Что такое зарядка?
2. Как часто её необходимо делать?
3. Каким будет человек, если он каждое утро будет делать зарядку?

**Беседа на тему: «Про очки»**

1. Для каких целей люди используют очки?
2. Назовите правила соблюдения гигиены зрения.

**Беседа на тему: «Красивая осанка»**

1. Какие упражнения вы знаете для позвоночника?
2. Какую функцию выполняет позвоночник?

**Беседа на тему: «Зачем человеку сердце?»**

1. Назовите главный орган человека.
2. Как защитить свое сердце?
3. Про какого человека можно сказать: «У него золотое сердце».

**Беседа на тему: «О правильном приеме пищи»**

1. Какие правила поведения за столом вы знаете?
2. Что такое режим питания?

**Беседа на тему: «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья»**

1. Какая польза от свежего воздуха.
2. Значение воды для здоровья.

**Беседа на тему: «Как нужно ухаживать за кожей?»**

1. Как часто нужно мыть руки, ноги, тело?
2. Зачем стричь ногти?
3. Для чего нужно расчесывать волосы?

**Беседа на тему: «В здоровом теле – здоровый дух»**

1. Что такое здоровый образ жизни?



2. Для чего нужно делать гимнастику?

**Беседа на тему: «О правилах поведения в общественном транспорте»**

1. Какие опасности могут нас поджидать в общественном транспорте?
2. Можно во время движения высовываться из окна?

**Беседа на тему: « Внешнее строение человека»**

1. Как вы думаете, что называется частью тела и что органом?
2. Какие органы ты знаешь?
3. Как ты думаешь, для чего нам нужен тот или иной орган?

**Беседа на тему: «Скелет человека»**

1. Для чего нужен скелет человеку?
2. Из чего состоит скелет?
3. Какая часть скелета играет особую роль в жизни человека?

**Беседа на тему: «Зачем человеку руки?»**

1. Для чего человеку нужны руки?
2. Чем похожи и чем различаются две руки?
3. Объясните понятие «ведущая рука»

**Беседа на тему: «Что лучше руки или ноги»**

1. Похожи ли руки и ноги между собой?
2. Что человеку лучше делать руками, а что ногами?
3. Чем удобнее брать карандаш руками или ногами? (Попробуйте)

**Беседа на тему: «Познакомимся со своей кожей?»**

1. Какого цвета наша кожа?
2. Всё ли тело покрыто кожей?
3. Зачем человеку кожа?

**Беседа на тему: «Что такое микробы?»**

1. Что такое микробы?
2. Что едят микробы?
3. Опасны ли для человека микробы?
4. Что делать человеку, чтобы микробы не размножились?

**Беседа на тему: «Как сохранить свою кожу здоровой?»**

1. Животные всегда поддерживают чистоту своей кожи?
2. Тело человека тоже пачкается?
3. Как мы ухаживаем за своей кожей?
4. Как сохранить кожу здоровой?

**Беседа на тему: «Познакомимся с нашими зубами?»**

1. Какого цвета зубы?
2. Одинаковые ли у всех зубы?
3. Как нужно правильно ухаживать за зубами?

**Беседа на тему: «Для чего нужен язык?»**

1. Как вы думаете, для чего нужен язык?
2. Какого цвета язык?
3. Может ли язык определять вкус пищи?

Участвует ли язык в образовании речи?

**Беседа на тему: «Как устроена дыхательная система?»**

1. Как человек дышит?
2. Куда попадает воздух?

**Беседа на тему: «Как мы говорим?»**

1. Как образуются у нас звуки?
2. Для всех ли звуков нужен язык?
3. Как надо беречь все органы речевого аппарата?

**Беседа на тему: «Знакомство с ухом»**

1. Как называется орган слуха?
2. Что защищает ухо от пыли и микробов?
3. Какое значение имеет барабанная перепонка?

**Беседа на тему: «Роль зрения в жизни человека»**

1. Какую роль играют глаза в жизни человека?
2. Чем отличается зрение человека от зрения животного?

**Беседа на тему: «Зачем человеку два глаза?»**

1. Зачем человеку глаза?

2. Что ты видишь одним глазом?
3. Можно ли обойтись без глаз?

**Беседа на тему: «Глаза могут не только смотреть»**

1. Могут ли глаза определять форму, цвет?
2. Глаза выражают настроение?
3. Глаза умеют принимать сигналы?

**Беседа на тему: «Как избежать нападения агрессивной собаки?»**

1. Зачем человек держит собаку?
2. Собаки имеют характер?
3. Как правильно вести себя по отношению к собакам?
4. Как вести себя, если собака всё же напала?

**Беседа на тему: «Откуда берутся болезни?»**

1. Что вы чувствуете, когда болеете?
2. Каким путём микробы проникают внутрь человека?
3. Как можно защититься от болезней?

**Беседа на тему: «Витамины в жизни человека?»**

1. В чём разница между вкусным и полезным?
2. Если мы будем мало принимать витаминов, что будет с нашим организмом?
3. Какие витамины вы знаете?

**Беседа на тему «Как сберечь здоровье?»**

1. Что нужно сделать сразу же, как только произошло несчастье?
2. Лекарство без взрослого можно принимать детям?
3. Кто знает как вести себя в разных ситуациях?

## **Эколого-познавательные игры**

### **«Помоги зверятам»**

Цель: усовершенствовать умения детей узнавать овощи, фрукты по внешним признакам, правильно называть их. Закрепить знания детей о том, какой зверь, чем питается.

### **«Заварим лечебный чай»**

Цель: закрепить понятие «лечебный чай», знания о лечебных свойствах мёда, калины, малины, ромашки.

### **«Соберём урожай»**

Цель: закрепить умение детей описывать овощи и фрукты, классифицировать их.

### **«Путешествие в королевство Зубной Щётки»**

Цель: закрепить культурно-гигиенические навыки детей, умение ухаживать за собой, быть опрятным.

### **«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»**

Цель: дать понятие о целительных свойствах факторов природы (солнца, воздуха, воды), формировать здоровый способ жизни.

### **«В гостях у Мойдодыра»**

Цель: формировать культурно-гигиенические навыки, закрепить их.

### **«Книга жалоб природы»**

Цель: воспитывать бережное отношение к природным объектам, любовь к природе родного края.

### **«Подружись с природой»**

Цель: воспитывать бережное отношение к природе, желание трудиться в природе.

### **«Лесная аптека»**

Цель: закрепить знания о лечебных свойствах растений.

### **«Береги здоровье»**

Цель: формировать навыки бережного отношения к своему здоровью, воспитывать желание отказаться от вредных привычек.

### **«Береги зубы»**

Цель: формировать навыки ухаживать за зубами

### **«Страна Витамиция»**

Цель: закрепить знания детей о витаминах, где они находятся, Формировать навыки приготовления витаминных салатов и напитков.

### **«Подружись с физкультурой»**

Цель: закрепить знания о значимости физических упражнений для здоровья, воспитывать желание заниматься физкультурой.