

**Перспективный план кружковой работы «Я и мое здоровье»
с детьми старшего дошкольного возраста.**

Сентябрь

	Тема	Цель
1	Выбор темы	
2	Изучение литературы	
3	Подбор литературы	
4	Составление плана работы на год.	

Октябрь

	Тема	Цель
1	Беседа «Я – человек»	Подвести детей к пониманию того, что мы – люди и являемся частью природы Человек- существо мыслящее, разумное.
2	Чем люди отличаются друг от друга.	Дать понятия, что все люди разные и не похожи между собой (пол, возраст, цвет волос, глаз и т.д.),учить находить сходство и различие людей по определенным признакам.
3	Как человек растет?	Научить детей различать людей по проявлению возрастных и половых особенностей .
4	Лекарственные растения – средства оздоровления организма человека.	Дать знания об использовании средств народной медицины при простудных заболеваниях.

Ноябрь

	Тема	Цель
1	Рассказ воспитателя зачем человеку нужен желудок.	Познакомить детей с органами пищеварения с функциями желудка. вызвать интерес к строению тела человека.
2	Для чего человек ест?	Дать представления о том, что пища необходима человеку для его роста и развития.
3	Как выглядит человек?	Формировать представления о том, что каждая часть тела человека и каждый орган имеют для человека важную роль и выполняют определенную функцию в организме.
4	Будь здоров человек!	Познакомить с правилами здорового образа жизни, с правилами поведения при простудных

		заболеваниях
--	--	--------------

Декабрь

	Тема	Цель
1	Часть тела и орган.	Научить различать эти понятия и уточнить какую функцию в организме они выполняют.
2	Голова- глаза, нос, рот, уши.	Дать представления об органах зрения, обоняния, слуха. О функциях языка и зубов в процессе пищеварения.
3	Внутренние органы. (сердце, желудок, печень, кишечник)	Формировать интерес к познанию внутренних органов своего тела.
4	Девочки - Мальчики	В игровой форме обобщить представления детей об отличиях женского организма от мужского.

Январь

	Тема	Цель
1	Скелет человека.	Познакомить со строением и значением скелета в жизни человека.
2	Руки человека	Обобщить представления детей о значении рук в жизни человека.

Февраль

	Тема	Цель
1	Что лучше руки или ноги?	Закрепить понятия, что одни действия лучше выполнять руками, другие ногами, а третьи при согласовании действий рук и ног.
2	Как человек передвигается?	Уточнить, что в зависимости от обстоятельств человек может передвигаться разными способами.
3	Наша кожа.	Познакомить с основными функциями кожи(чувствует тепло, холод, боль)
4	Как сохранить нашу кожу здоровой?	Познакомить с некоторыми правилами ухода за своей кожей.

Март

	Тема	Цель
1	Гигиена питания.	Познакомить с назначением ротовой полости. С функциями языка и зубов. С правильным уходом за зубами.
2	Глаза – зеркало нашей души.	Формировать представления об органах зрения. Воспитывать желание заботиться о своих глазах.
3	Ушки на макушке.	Показать значимость органа слуха. Дать простейшие понятия о функционировании уха.
4	Как устроена дыхательная система человека.	Обобщить знания детей о строении и значении дыхательной системы.

Апрель

	Тема	Цель
--	------	------

1	Рот, язык, зубы.	Дать знания о функциях языка, зубов в процессе пищеварения. Познакомить с гигиеной полости рта.
2	Главный внутренний орган человека.	Дать первые представления о крови и кровеносной системе. Развивать любознательность.
3	Сон для человека	Формировать представления о значении сна, о том, что нельзя делать перед сном. Учить заботиться о своем здоровье.
4	Откуда берутся болезни	Расширять представления детей о микробах, бактериях. О том, как микробы попадают в здоровый организм.

Май

	Тема	Цель
1	Как органы чувств помогают друг другу.	Продолжать формировать интерес к познанию своего тела.
2	Я учусь правильно организовывать свою жизнь.	Рассказать о необходимости чередования режима активности и отдыха. О правильном питании, сне, оздоровительной гимнастики и т. д.