

# Беседы о здоровье

с детьми

подготовительной

группы



Digitized by sifor 21



## СЕНТЯБРЬ

### ТЕМА: «Ребенок и здоровье»

**Задачи:** формировать у детей первоначальные навыки охраны жизни и здоровья. На основе ситуационных моментов учить делать выводы о безопасности жизнедеятельности. Воспитывать чувство взаимовыручки, стремление оказать помощь друг другу.

#### Ход беседы:

1) Поговорить о здоровье, выяснить, как дети понимают слово «здоровье»:

- здоровье – лучшее богатство;
- здоровому – все здорово.

2) Внести куклу-мальчика небрежно одетого. Обратить внимание на то, что, одеваясь таким образом можно навредить своему здоровью.

3) Разобрать ситуации, когда нужно вести себя осторожно, беречь здоровье (как пройти по мокрому полу, чтобы не поскользнуться; как спускаться по лестнице; как одеваться, собираясь на прогулку).

Чтение стихов – советов.

У здоровья есть враги,  
С ними дружбы не води!  
Среди них тихоня лень,  
С ней борись ты каждый день.





## ОКТАБРЬ

### ТЕМА: «Полезные продукты»

**Задачи:** уточнить знания детей о полезных продуктах, их назначении для здоровья и хорошего настроения. Закрепить названия овощей, их вкусовые качества. Воспитывать желание употреблять в пищу фрукты.

#### Ход беседы:

- 1) Предложить детям вспомнить какое сейчас время года, показать подарки осени – корзину с фруктами (рассмотреть и описать их).
- 2) Рассказать детям о пользе фруктов для здоровья детей и взрослых.
- 3) Спросить какие фрукты покупают детям родители, напомнить, что для того, чтобы быть сильными и здоровыми, обязательно нужно кушать свежие фрукты.





## НОЯБРЬ

### ТЕМА: «Личная гигиена»

**Задачи:** развивать у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур. Уточнить, какими принадлежностями пользуются дети при умывании. Учить эмоционально, четко читать чистоговорку.

**Ход беседы:**

1) Чтение отрывка из стихотворения Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо».

2) Вопросы:

- Какой из мальчиков вам больше нравится?
- Почему вам понравился опрятный, аккуратный мальчик?
- А другой мальчик кому-нибудь понравился?
- Почему не понравился?
- Какие туалетные принадлежности нужны, чтобы смыть грязь и быть чистым?
- Что, кроме мыла и губки, необходимо для мытья?

Предложить детям показать, как дети моют руки и лицо (имитации движений)

3) Предложить выучить чистоговорку:

- Мама Милу  
С мылом мыла...





## ДЕКАБРЬ

### ТЕМА: «Тело человека»

**Задачи:** Уточнить знания детей, из каких частей состоит тело человека, рассказать о роли органов чувств. Учить понимать значение определенных частей тела: рук, ног, головы, туловища. Понятно отвечать на вопросы воспитателя. Воспитывать желание вырасти сильными и здоровыми.

#### Ход беседы:

1) В гости пришла кукла Маша и принесла картинки с изображениями своих подруг. Обратит внимание, что все куклы разные (рост, цвет волос и глаз), предложить найти различия, подвести к выводу: у всех одни и те же части тела (предложить показать их на себе).

#### 2) Вопросы:

- Что можно делать ногами, в какие игры играть?
- Что делают руками?
- Почему руки называют первыми помощниками?
- Для чего нужны уши?
- От чего нужно беречь глаза?



3) Рассмотреть фотографии детей разного возраста, обратить внимание на изменение их роста.

Побудить прийти к выводу: чтобы вырасти большим, сильными и здоровыми, нужно хорошо кушать, заниматься спортом и заботиться о своем здоровье.



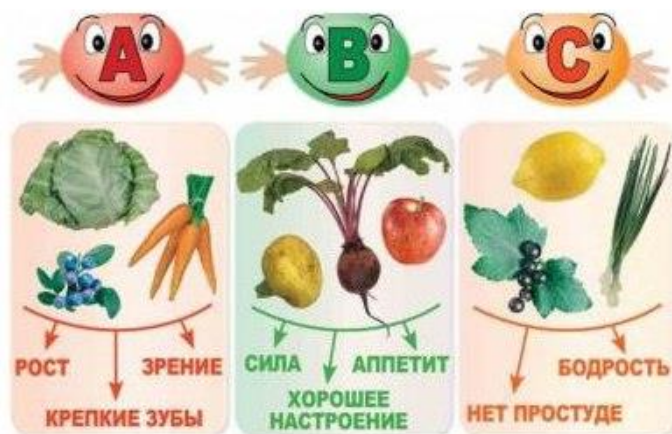
## ЯНВАРЬ

### ТЕМА: «Витамины и здоровый организм»

**Задачи:** Рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья человека. Познакомить детей с назначением витамина А, В, С. Активизировать названия овощей и фруктов. Познакомить с продуктами, которые можно употреблять в небольшом количестве.

#### Ход беседы:

- 1) Показать картинки с изображением крепких, здоровых людей, подвести к пониманию, что для хорошего здоровья необходимо правильное питание. Побеседовать о любимых блюдах детей.
- 2) Рассказать о витаминах, в каких продуктах содержатся и работе каких органов помогают.
- 3) Рассказать о продуктах, которые не очень полезны (конфеты, черный кофе).





## ФЕВРАЛЬ

ТЕМА: «Всем ребятам надо знать, как по улице шагать»



**Задачи:** Закрепить правила поведения на улице: ПДД, понятие о светофоре и его назначении. Воспитывать правила безопасного поведения на улицах. Способствовать формированию культуры речевого общения в транспорте.

**Ход беседы:**

1) Внести и рассмотреть макет перекрестка. Уточнить значение сигналов светофора, действия пешеходов и водителей.

2) Вопросы:

- Кто регулирует движение на дорогах?
- Что означает каждый сигнал светофора?
- Где можно переходить через дорогу?

3) С/р игра «Автобус»



## МАРТ

**ТЕМА:** «Здоровье в порядке, спасибо зарядке!»

**Задачи:** Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом. Закрепить названия некоторых видов спорта.

**Ход беседы:**

1) Показать картинки с изображением разных видов спорта, уточнить, знают ли дети их название.

- Какие виды спорта нравятся и почему?
- Каким видом хотели бы заниматься?
- Какими видами спорта можно заниматься зимой, летом?



2) Чтение стихотворения Т.Волгиной «Два друга»

**Вопросы:**

- Что случилось с этим мальчиком, почему он заболел?
- Почему спортсмены реже болеют?
- Как называется ваша любимая подвижная игра?

3) Подвести к выводу о пользе физической культуры и необходимости ею заниматься.



## АПРЕЛЬ

**ТЕМА:** «Как я буду заботиться о своем здоровье»

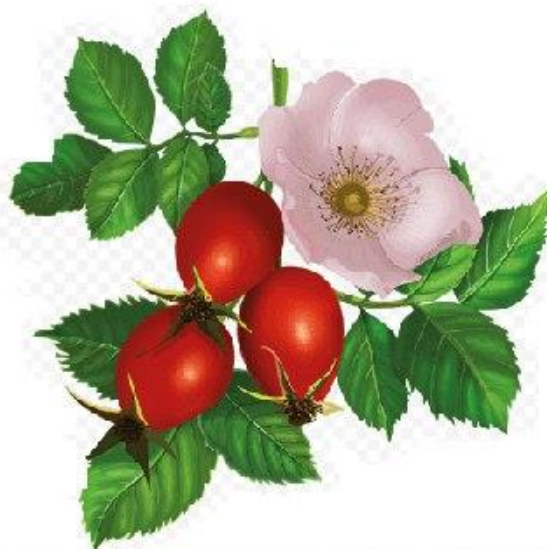
**Задачи:** Закрепить знания о витаминах, уточнить представления об овощах, учить сажать лук. Продолжать воспитывать у детей понимание ценности здоровья, потребности быть здоровыми. Активизировать название: шиповник.

**Ход беседы:**

В группу въезжает «автомашина», в которой лежат мешочки с шиповником, овощами и фруктами и доктором Айболитом.

- Д/и «Чудесный мешочек»
- Д/и «Угадай на вкус»

Показать плоды шиповника, объяснить, что это такое. Обратит внимание на лук и предложить его посадить.





## МАЙ

### ТЕМА: «Врачи – наши помощники»

**Задачи:** Закрепить понимания о здоровом образе жизни. Продолжать знакомить детей с профессиями врача и медицинской сестры, воспитывать уважение к людям этих профессий. Повторить пословицы о здоровье.

#### Ход беседы:

- Как вы себя сегодня чувствуете?
- Кто в детском саду заботится о вашем здоровье?
- Как вы сами можете помочь себе быть здоровыми?
- Быть здоровым хорошо или плохо?

Обобщить ответы детей, повторить знакомые пословицы о здоровье.

