Перспективный план занятий

познавательно-практического цикла

«Уроки Нехворайки»

месяц	младшая группа	средняя	старшая	подготовительная
сентябрь	▪ Цикл познавательно- практических занятий «Уроки Нехворайки» (еженедельно в течение года) «Уроки Светофорика»			
	2 неделя: «Сказка про зеленый огонек», 3 неделя: «В гости к Светофорику», 4 неделя: «Как веселые человечки дорогу переходили».	2 неделя: «Сказка про трехглазку», 3 неделя: «Я – пешеход, для меня есть переход», 4 неделя: «Уроки Светофорика».	2 неделя: «Зеленый, желтый, красный», 3 неделя: «Зачем нужны дорожные знаки?», 4 неделя: «Встреча с сотрудниками ГАИ»	1 неделя: «На улице, не в комнате – о том, ребята, помните!», 2 неделя: «Дорожная азбука», 3 неделя: «Составляем алгоритм перехода улицы», 4 неделя: «Встреча с инспектором ГАИ»
(развлечения и праздники на воздухе)	▪ Физкультурное развлечение «Веселый Светофорчик», ▪ Пешие прогулки «Вот сидит на кочке лето».		▪ День бега «Мой первый кросс», ▪ Физкультурное развлечение «Красный, желтый, зеленый»	▪ «Спортивная осень» - совместный праздник» (подг. гр., 1 класс СОШ)

октябрь	Уроки «Нехворайки»			
	«Мыло и вода - мои лучшие друзья»			
	1 неделя: «Надо, надо умываться по утрам и вечерам», 2 неделя: «Водичка, водичка, умой мое личико», 3 неделя: «В гостях у Мойдодыра», 4 неделя: «Да здравствует мыло душистое и полотенце пушистое».	1 неделя: «В гостях у Мойдодыра», 2 неделя: «Кто как ухаживает за собой», 3 неделя: «Советы доктора Кипячение воды», 4 неделя: «Путешествие в город чистоты».	1 неделя: «Где живут микробы?», 2 неделя: «Советы доктора Гигиены», 3 неделя: «Как составить алгоритм мытья рук?», 4 неделя: «Путешествие по маршруту «Мой внешний вид».	1 неделя: «Этикет наоборот». Ситуация для самостоятельного обыгрывания, 2 неделя: «Помоги Федоре», 3 неделя: «Хочу быть здоровым», 4 неделя: «Игры, которые лечат».
	▪ Эколого-оздоровительный поход «Разноцветный букет осени», ▪ Физ. развлечение «На осенней полянке» (на основе упражнений в ОВД)	▪ Эколого-оздоровительный поход «Осенью и у воробья пир», ▪ Физ. развлечение «Осень, осень в гости просим» (на основе упражнений в ОВД)	▪ Физкультурно-оздоровительный досуг ▪ «Праздник Поморов» (на основе подвижных игр Поморья) ▪ Пешие прогулки	▪ Физ. развлечение «Груздь да волнушка в мой туесок» (на основе подвижный игр Поморья), ▪ Пешие прогулки

ноябрь	▪ «Уроки Нехворайки» Тема: Если хочешь быть здоров – закаляйся!			
	1 неделя: «Добрый доктор Айболит», 2 неделя: «Волшебные точки и умные пальчики», 3 неделя: «У кого какая спинка», 4 неделя: «Кукла Таня простудилась».	1 неделя: «Волшебные точки игры с пальчиками», 2 неделя: «Когда спинку ровно я держу», 3 неделя: «Чтоб расти и закаляться будем спортом заниматься», 4 неделя: «Путешествие в страну здоровья»	1 неделя: «Волшебные точки, целебные звуки. игры с пальчиками», 2 неделя: «Как сделать свой сон полезным», 3 неделя: «Отчего зависит красивая походка», 4 неделя: «Веселые движения»	1 неделя: «Самомассаж или гимнастика маленьких волшебников», 2 неделя: «Правильное дыхание и оздоровительная гимнастика», 3 неделя: «Как укреплять свои кости и мышцы», 4 неделя: «Что нужно и нельзя делать перед сном7»
	▪ День здоровья			
	▪ Физкультурное развлечение по литературному произведению «Мишка Топтыжка», ▪ Пешие прогулки	▪ Развлечение на основе литературного произведения «Федорино горе», ▪ Пешие прогулки	-Эколого-оздоровительный поход «Осень – перемен восемь», -Физкультурно- музыкальный досуг «Путешествие по родному городу», -Пешие прогулки	-Эколого –оздоровительный поход «Следы осени», -Физкультурно-музыкальный досуг«Путешествие по родному городу» -Пешие прогулки

декабрь	▪ «Уроки Нехворайки» Тема: Я – человек!			
	1 неделя: Я не похож на других. 2 неделя: Доктор Растишка. 3 неделя: Мой дружок – носовичок. 4 неделя: Гребень, гребень – расческа моя.	1 неделя: Что самое дорогое на свете? 2 неделя: Что ты знаешь о себе? 3 неделя: Какие органы у тебя есть? 4 неделя: Зачем нужны глаза?	1 неделя: Что на свете самое дорогое? 2 неделя: Как устроено наше тело? 3 неделя: Что такое мышцы? 4 неделя: Что служит опорой всему организму?	1 неделя: Какими были первобытные люди? 2 неделя: Мои помощники глаза. 3 неделя: Развитие слуха у человека и животных. 4 неделя: Как мы чувствуем разные запахи.
	▪ Физ. развлечение «Мишке холодно в лесу, стужа, детки, на носу» (на основе упражнений в ОВД). ▪ Пешие прогулки	▪ Физ. развлечение «Снежный колобок» (на основе упражнений с ОВД). ▪ Пешие прогулки	▪ Физ. развлечение «У зимушки в гостях» (на основе подвижных игр Поморья). ▪ Пешие прогулки	▪ Физ. развлечение «Зимняя карусель» (на основе подвижных игр Поморья). ▪ Пешие прогулки

январь	▪ «Уроки Нехворайки» Тема: Я – человек!			
	1 неделя: Оденем куклу Дашу на прогулку. 2 неделя: Спят усталые игрушки. 3 неделя: Каждой вещи – свое место. 4 неделя: Паста для зубастых или как ухаживать за зубами.	1 неделя: Для чего нужны нам уши? 2 неделя: Как мы дышим? 3 неделя: Зачем человеку зубы? 4 неделя: Почему болят зубы?	1 неделя: Зачем человеку два глаза? 2 неделя: Как правильно заботиться о глазах? 3 неделя: Почему мы слышим? 4 неделя: Что такое обоняние или чудо-нос.	1 неделя: Кожа – орган осязания. 2 неделя: зачем человеку язык? Как правильно ухаживать за зубами. 3 неделя: Помощников надо беречь! (Как ухаживать за органами слуха, зрения, обоняния) 4 неделя: Если ты девочка... Если ты мальчик...
(развлечения на воздухе)	▪ <u>Спортивный праздник</u> «Уж, ты. Зимушка-Зима»		▪ <u>Турпоход на лыжах</u> «Зимняя прогулка» (в лесопарковой зоне)	

февраль	▪ «Уроки Нехворайки»			
	Тема: Вредная и полезная еда. 1 неделя: В гостях у матрешки. 2 неделя: Про Машу и манную кашу. 3 неделя: Научим Чебурашку правильно сервировать стол. 4 неделя: Почему полезны фрукты и овощи.	Тема: Вредная и полезная еда. 1 неделя: Советы Юстика. 2 неделя: Веселый этикет. 3 неделя: вредные и полезные привычки. 4 неделя: Что такое витамины?	Тема: Я – человек! 1 неделя: Как мы дышим. 2 неделя: Как работает сердце. 3 неделя: Как правильно чистить зубы? 4 неделя: Откуда я пришел?	Тема: Вредная и полезная еда. 1 неделя: Встреча с микробом. 2 неделя: Где живут витамины. 3 неделя: Готовим бутерброд. 4 неделя: А как у вас? (Учимся сервировать стол)
	▪ Физ. развлечение «Смелые зайчата» (на основе подвижных игр и упражнений). ▪ Пешие прогулки	▪ Физ. развлечение «Мой веселый, звонкий мяч» (подвижные игры и упражнения с мячом). ▪ Пешие прогулки	▪ <u>Спортивный праздник</u> «Лыжня «Черемушки»	

<table>
<tr><td rowspan="4">март</td><td colspan="4">▪ Уроки «Нехворайки»</td></tr>
<tr><td>Тема: Кто я такой?
1 неделя: От улыбки хмурый день светлей.
2 неделя: Я и моя бабушка.
3 неделя: Я и дети.
4 неделя: За что меня можно похвалить.</td><td>Тема: Кто я такой?
1 неделя: Я и мое настроение.
2 неделя: Путешествие в страну добрых дел.
3 неделя: Мы разные.
4 неделя: Что такое хорошо и что такое плохо.</td><td>Тема: Вредная и полезная еда.
1 неделя: Веселый этикет или как правильно накрыть стол.
2 неделя: Составим меню на один день.
3 неделя: Наша антиреклама на вредные продукты.
4 неделя: Избавляюсь от вредных привычек.</td><td>Тема: Кто я такой?
1 неделя: «Свет мой, зеркальце, скажи...»
2 неделя: Как улучшить настроение?
3 неделя: что нельзя допускать в общении с людьми?
4 неделя: Правила поведения со сверстниками.</td></tr>
<tr><td colspan="4">▪ Неделя здоровья</td></tr>
<tr><td>▪ Физкультурное развлечение
«Веселые котята» (на основе гимнастических упражнений с мячом, игровых упражнений)</td><td>▪ Физкультурное развлечение
«Славный доктор Айболит» (на основе упражнений в ОВД)</td><td colspan="2">▪ Оздоровительный досуг
«Сороки. Птичий праздник» (на основе включения оздоровительных гимнастик и упражнений по программе М. Лазарева)</td></tr>
<tr><td>▪ Пешие прогулки</td><td>▪ Пешие прогулки</td><td>▪ Пешие прогулки</td><td>▪ Пешие прогулки</td></tr>
</table>

<table>
<tr><td rowspan="4">апрель</td><td colspan="4">▪ Уроки Нехворайки</td></tr>
<tr><td>Тема: Азбука безопасности.
1 неделя: Почему заболели зайчата?
2 неделя: Как Незнайка ехал в автобусе.
3 неделя: Почему детям нельзя брать спички. Если рядом незнакомый человек.
4 неделя: Правила поведения для вежливых ребят.</td><td>Тема Азбука безопасности.
1 неделя: Чем опасны встречи с незнакомыми людьми?
2 неделя: Почему нельзя брать без разрешения спички?
3 неделя: Чем опасно открытое окно?
4 неделя6 Где живут микробы?</td><td>Тема: Кто я такой?
1 неделя: Я и другие.
2 неделя: Учимся владеть собой.
3 неделя: Учимся расслабляться.
4 неделя: Путешествие по маршруту добрых дел.</td><td>Тема: Азбука безопасности.
1 неделя: Как правильно говорить по телефону?
2, 3 неделя: Один дома. Правила безопасного поведения в квартире.
4 неделя: Спички – не игрушка.</td></tr>
<tr><td colspan="4">▪ Физкультурные развлечения.</td></tr>
<tr><td colspan="2">«В гости к Петушку» (на основе подвижных игр Поморья)</td><td colspan="2">«Чтоб расти и развиваться, нужно спортом заниматься» (на основе игр с элементами спорта)</td></tr>
</table>

май	▪ Уроки Нехворайки			
	Тема: Наша улица. 1 неделя: Мой веселый, звонкий мяч, ты куда помчался вскачь? 2 неделя: Наш друг – светофор. 3 неделя: Кукла Маша заблудилась (Зачем нужно знать адрес). 4 неделя: В гости к опасным растениям.	Тема: Наша улица. 1 неделя: Как вести себя на улице, в парке, в лесу? 2 неделя: Почему нужна панамка? 3 неделя: Растения – друзья, растения – враги. 4 неделя: Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.	Тема: Азбука безопасности. 1 неделя: Зачем нужно знать свой адрес? 2 неделя: Как пользоваться телефоном, если случилась беда? 3 неделя: Почему лекарства могут быть опасными? 4 неделя: Как вести себя при встрече с незнакомым?	Тема: Наша улица. 1 неделя: Город и горожане. Болезни города. 2 неделя: Как избежать ушибов и порезов. 3 неделя: Первая помощь при царапинах. 4 неделя: Жалобная книга растений. Ядовитые растения.
	▪ Физкультурные развлечения.			
	«Мой веселый, звонкий мяч» (на основе упражнений в ОВД и спортивных упражнений)		«Зеленый огонек» (на основе игр – эстафет по ПДД)	

Июнь	▪ Уроки Нехворайки			
	Тема: Наша улица. 1 неделя: Опасные растения. 2, 3 неделя: Правила поведения в парке, у водоема.		Тема: Наша улица. 1 неделя: Правила поведения у водоема. 2 неделя: Проезжая часть – не место для игры. 3, 4 недели: Мир природы: прекрасный и опасный.	Тема: Наша улица. 1 неделя: Если рядом незнакомая собака. 2 неделя: Чтобы не было беды или правила поведения во дворе. 3 неделя: Зеленая тропинка здоровья.
	▪ Физкультурные развлечения			
	«Любимые игры и игрушки» (на основе подвижных игр)		«Спортивная страна» (велопробег)	