

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ
по формированию здорового образа жизни
МДОУ «ЦРР – детский сад №18 «Город чудес» на 2022-2023 учебный год

Цель: создание условий для сохранения здоровья воспитанников, формирования основ здорового образа жизни, безопасного поведения воспитанников.

Задачи:

- Формировать представления о здоровье, как о ценности, расширить представления о состоянии собственного тела, узнать свой организм, научить беречь свое здоровье и заботиться о нем.
- Расширят знания дошкольников о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.
- Формировать положительные качества личности детей, нравственного и культурного поведения - мотивов укрепления здоровья

Содержание деятельности	Ответственный	Сроки
Размещение в уголках для родителей информационно-наглядного материала о здоровом образе жизни: - Выставка «Совместные игры для детей и взрослых»; - Стенд «Ваше здоровье в ваших руках»; - Папка-передвижка «О здоровом образе жизни в семье».	Старший воспитатель, воспитатели групп	В течении года
Консультации «Пути формирования у дошкольников основ здорового образа жизни»	медицинская сестра, инструктор по физической культуре	сентябрь
Распространение родителям воспитанников памяток, буклетов	Воспитатели групп	В течении года
Консультации: «Профилактика инфекционных заболеваний» - медсестра «Двигательная активность детей в учреждении дошкольного образования»	медицинская сестра, инструктор по физической культуре	октябрь
Консультации: «Правильно питайтесь и будете здоровы»		ноябрь
Консультации: «Игры и физические упражнения зимой!»	инструктор по физической культуре	декабрь
Круглый стол «О здоровье детей – всерьез!» Открытые просмотры по ознакомлению детей с правилами безопасного поведения.		январь
Консультации с презентацией: «Формирование основ ЗОЖ у дошкольников, родителей и педагогов»	Старший воспитатель	февраль

Консультации: «Роль воспитателя на занятиях по физической культуре»	инструктор по физической культуре	март
Деловая игра: «Что мы знаем о физкультуре» -		апрель
Просмотр открытого спортивного досуга «По дороге в Страну ЗОЖ»	Педагог дополнительного образования	май
Консультации: «Организация активного отдыха в летний оздоровительный период»	Старший воспитатель	июнь
Взаимодействие с семьями воспитанников		
Консультации в группах по плану воспитателей	Воспитатели групп	сентябрь
Оформление папки-передвижки «Адаптация детей»		октябрь
Консультации в группах по плану воспитателей		ноябрь
Консультация: «Профилактика ОРЗ» Папка – передвижка: «Профилактика ОРЗ, Грипп»		декабрь
Консультация: «Здоровье дошкольника и телевизор»		январь
Рекомендации: «Правила безопасного поведения дошкольника дома»		февраль
Консультации в группах по плану воспитателей		март
Презентация по теме: «Закаливающие упражнения»		апрель
Консультации в группах по плану воспитателей		май
Папка – передвижка «Расти здоровым» Консультации в группах по плану воспитателей		
Консультация «Развиваем мелкую моторику младших дошкольников» Оформление папки-передвижки: «Золотые правила здоровья»		
Рекомендации по организации активного отдыха детей в летний период Консультации в группах по плану воспитателей		

Работа с воспитанниками

Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая и подготовительная к школе группа
--------------------------------	-----------------------	-----------------------	--

Сентябрь			
1. Игра-занятие Тема: «Полезные продукты» 2. Д/и «Кто быстрее покажет то, что назову».	1. Д/игра «Кому это принадлежит» 2. Сюжетно-ролевая игра «Больница» 3. Чтение К. Чуковский «Доктор Айболит»	1. Беседа: «Как я буду заботиться о своем здоровье» 2. Игра- занятие «Помоги Зайке сберечь здоровье» 3. С/рол. Игры «Поликлиника», «Больница» 4. Чтение К. Чуковский «Доктор Айболит»	1. Д/и «Режим дня» 2. Д/и «Что перепутал художник» 3. Беседа «Почему считается, что солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»
Октябрь			
К. Чуковский «Мойдодыр» 3. День здоровья «Овощи и фрукты - полезные продукты»	1. Дидактические игры «Что у меня на тарелке», «Варим суп» 2. С/рол. игра «Магазин» 3. Чтение Ю. Тувим «Овощи», Г. Зайцев «Приятного аппетита» 4. День здоровья «Овощи и фрукты – полезные продукты»	1. Беседа. «Что такое микробы» «Почему они опасны», 2. Дидактические игры «Да здравствует мыло душистое», «Зубки крепкие нужны зубки белые важны» 3. Играэкспериментирование «Грязные и чистые ручки», «Теплая или холодная вода».	1. Разучивание стихотворения «Прививка» 2. Рассматривание альбома «Наши врачи» 3. Д/и «Продолжи определение» 4. День здоровья 5. Викторина «Путешествие в страну ЗОЖ»
Январь			
1. Беседа. Тема: «Детский сад – моя семья» 2. Д/и «Что вредно, что полезно»	1. Беседа «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья». 2. Дидактическая игра «Если хочешь быть здоров». 3. Чтение произведения В. Сулова «Про Юру и физкультуру»	1. Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу», «Где живут витамины», 2. Дидактические игры «Угадай на вкус», «Назови правильно» 3. Чтение С. Михалков «Про девочку которая плохо кушала»	1. Создание мультфильма «Зимние забавы» 2. Загадки детям. 3. Рассматривание альбома «Кто с закалкой дружит – никогда не тужит»
Февраль			
1. Беседа. Тема: «Это я – девочка, это я – мальчик»	1. Беседа «Если ты потерялся на улице»	1. Беседа «Моё тело», «Мы все похожие, но разные», «Чтобы ушки	1. Разгадывание кроссворда «Предметы гигиены»

2. Д/и «Что попало тебе в рот» 3. Физкультурный досуг «Мы сильные, ловкие, смелые»	2. Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты». 3. Подвижные игры «Цветные автомобили», «Воробушки и автомобиль» 4. С/рол. игра «Аптека» 5. Физкультурный досуг «Мы сильные, ловкие, смелые»	слышали». 2. Дидактические игры «Запомни движение», «Покажи части тела». 3. Чтение С. Прокофьев «Румяные щечки», С. Маршак «Тело человека» 4. Физкультурный досуг «Мы сильные, ловкие, смелые»	2. Общение «Сколькими способами можно очистить кожу» 3. Разучивание отрывка стихотворения В.В. Маяковского «Что такое хорошо» 4. Физкультурный досуг «Мы сильные, ловкие, смелые»
Март			
1. Чтение стихотворения А. Барто Тема: «Я расту» 2. Загадки для малышей.	1. Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке» 2. Дидактическая игра «Назови вид спорта» 3. С/рол. игра «Физкультурное занятие в детском саду»	1. Беседа. «Чистота – залог здоровья» «Как мы были в кабинете медсестры» 2. Дидактическая игра «Назови вид спорта» «Если кто-то заболел» 3. Игры в спортивном уголке в группе	1. Составление рассказов детьми «Что мне сегодня снилось» 2. Д/и «Что сначала, что потом» 3. Разучивание колыбельных песен 4. Игры в спортивном уголке в группе
Апрель			
1. Дидактическая игра Тема: Чем я с другом поделюсь» 2. Сказка «Сахарные ногти» 3. Физкультурный досуг «Ярмарка народных игр»	1. С/рол. игры «Аптека», «Больница» 2. Чтение Е. Шкловский «Как лечили мишку», А. Барто «Мы с Тamarой» 3. Физкультурный досуг «Ярмарка народных игр»	1. Беседа «Вредные привычки», «Опасные предметы вокруг нас», «Осторожно лекарства» 2. Дидактическая игра «Опасно-безопасно», «Скорая помощь», «Я знаю, что можно, что нельзя» 3. С/рол. игра «Больница» 4. Физкультурный досуг «Ярмарка народных игр»	1. Загадки детям о лекарственных растениях 2. Д/и «Что лишнее» 3. Общение «Если ты в лесу поранил ногу» 4. Физкультурный досуг «Ярмарка народных игр»
Май			
1. Игра-занятие Тема: «Чтобы зубки не болели»	1. Беседа «Опасные предметы вокруг нас» 2. Дидактическая игра «Я	1. Беседа «Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья», «Как стать сильными и здоровыми»	1. Игра – эстафета «Полезные продукты» 2. Д/и с мячом «Виды спорта»

<p>2. Дидактическая игра «Поварёнок» 3. Физкультурный досуг «Здравствуй лето!»</p>	<p>знаю, что можно, что нельзя» 3. С/рол. игры «Семья», «Больница» 4. Физкультурный досуг «Здравствуй лето!»</p>	<p>2. Дидактическая игра: «Утро начинается», «Что такое хорошо, что такое плохо» 3. С/рол. игры «Семья», «Поликлиника»; 4. Физкультурный досуг «Здравствуй лето!»</p>	<p>3. Д/и «Что вредно, что полезно» 4. Физкультурный досуг «Здравствуй лето!»</p>
--	--	---	---

Старший воспитатель

Павлова А.А.