

ПЛАН РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗОЖ НА 2022 – 2023 УЧЕБНЫЙ ГОД

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

ЗАДАЧИ:

- Формировать представление о здоровье, как о ценности, расширить представления о состоянии собственного тела, узнать свой организм, научить беречь свое здоровье и заботиться о нем.
- Расширять 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	Сроки	Ответственные	
1. Методическая работа			
Помощь воспитателям в составлении планов работы по ЗОЖ	Сентябрь	Старший воспитатель	
Оформление картотек по ЗОЖ	В течение года	Старший воспитатель	
Пополнение методического кабинета и групп методической, детской литературой и наглядными пособиями	В течение года	Старший воспитатель	

Сентябрь	
Консультации: «Профилактика инфекционных заболеваний» - медсестра «Двигательная активность детей в учреждении дошкольного образования» - руководитель физического воспитания	
Октябрь	
Консультации: «Правильно питайтесь и будете здоровы» - медсестра. Изготовление памятки для педагогов «Приобщение детей и родителей к формированию здоровьесориентированного образа жизни»	
Ноябрь	
Представление опыта работы на педсовете: «Формирование валеологической культуры у дошкольников» Осмоловская Е.В. «Использование здоровьесберегающих технологий на занятиях по плаванию» Типпель Е.В. Представление картотеки «Игры по Зож» Михеева Н.А. Просмотр открытых занятий: «Если хочешь быть здоров!» Типпель Е.В. «Я расту здоровым» Михеева Н.А.	
Декабрь	
Семинар-практикум «Использование здоровьесберегающих технологий в работе с дошкольниками» Консультации: «Игры и физические упражнения зимой!» - руководитель физического воспитания	
Январь	
Круглый стол «О здоровье детей – всерьез!» руководитель физического воспитания Открытые просмотры по ознакомлению детей с правилами безопасного поведения.	

Презентация из опыта работы «Как приобщить родителей к формированию навыков ЗОЖ у дошкольника» - Ильина Г.Н.	
Февраль	
Консультации с презентацией: «Формирование основ ЗОЖ у дошкольников, родителей и педагогов» - старший воспитатель	
Март	
Консультации: «Роль воспитателя на занятиях по физической культуре» - руководитель физического воспитания	
Апрель	
Деловая игра: «Что мы знаем о физкультуре» - руководитель физического воспитания	
Май	
Выставка в методическом кабинете литературы «Летнее оздоровление детей в условиях дошкольного учреждения» - Просмотр открытого спортивного досуга «По дороге в Страну ЗОЖ» - Левенкова Н.А. Консультации: «Организация активного отдыха в летний оздоровительный период» - старший воспитатель	

3.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» 4. Чтение стихотворения С. Михайлова «Про мимозу».
Октябрь			
1. Беседа. Тема: «Лекарственные растения»	1. Дидактические игры «Что у меня на тарелке», «Варим суп»	1. Занятие «Фрукты полезны взрослым и детям»	1. Д/и «Оденься правильно» 2. Конструктивная деятельность «Больница для игрушек»

2. К.Чуковский «Мойдодыр» 3. День здоровья «Овощи и фрукты - полезные продукты»	2. С/рол. игра «Магазин» 3. Чтение Ю.Тувим «Овощи», Г.Зайцев «Приятного аппетита» 4. День здоровья «Овощи и фрукты -полезные продукты»	2. Беседа: «Витамины и полезные продукты» 3. Дидактические игры «Узнай по описанию», «Разложи на тарелках полезные продукты», 4. День здоровья «Овощи и фрукты -полезные продукты»	3. Беседа: «Как себя вести, если ты простудился?» 4. День здоровья «Овощи и фрукты -полезные продукты»
---	---	---	--

Ноябрь

1. Игра-занятие Тема: «Да здравствует мыло душистое» 2. Д/и «Кто у нас красивый», "Что нужно для умывания. 4. День Здоровья.	1.Беседа «Чумазый мальчик» 2.Дидактические игры «Зачем нам нужна зубная щетка», «Умоем куклу» 3. С/рол. игра «Салон красоты» 4. Чтение К.Чуковский «Мойдодыр», А.Барто «Девочка чумазая».	1.Беседа. «Что такое микробы» «Почему они опасны», 2.Дидактические игры «Да здравствует мыло душистое», «Зубки крепкие нужны зубки белые важны» 3.Игра- экспериментирование «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»
--	---	---	---

	5. День Здоровья.	4. День Здоровья.	
Декабрь			
1. Беседа Тема: «Что бы уши слышали» 2. Д/и «Угадай, кто позвал». 3. Игра «Назови, не ошибись»	1. Беседа «Наше тело» 2. Дидактические игры «Повтори», «Посылка от медвежонка». 3. Чтение С.Прокофьев «Румяные щечки»	1. Беседа «Наше здоровье зимой», «Правила поведения в д/с»,. 2. Игра «Назови зимние вид спорта» 3. Дидактические игры «Зимние игры и забавы» 4. Чтение С. Шукшина «Как беречь нос». С.Михалков	1. Д/и «Кто что делает» 2. «Знакомство с работой сердца» 3. Рассматривание плаката «Тело человека». 4. Д/и «Покажи, что назову»
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.	1. Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу», «Где живут витамины», 2. Дидактические игры «Угадай на вкус»,	1. Инсценировка отрывка из сказки К.И. Чуковского «Мойдодыр» 2. Загадки детям. 3. Рассматривание альбома «Кто с закалкой дружит – никогда не тужит»

	Суслова «Про Юру и физкультуру»	«Назови правильно» 3. Чтение С.Михалков «Про девочку которая плохо кушала»	
Февраль			
1. Беседа. Тема: «Это я – девочка, это я – мальчик» 2. Д/и «Что попало тебе в рот», «Угадай на вкус». 3. Физкультурный досуг «Мы сильные, ловкие, смелые»	1. Беседа «Если ты потерялся на улице» 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»	1. Беседа «Моё тело», «Мы все похожие, но разные», «Чтобы ушки 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»	1. Разгадывание кроссворда «Предметы гигиены» 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	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»

		«Ярмарка народных игр»	
Май			
1. Игра-занятие Тема: «Чтобы зубки не болели» 2. Дидактическая игра «Поварёнок» 3. Физкультурный досуг «Здравствуй лето!»	1. Беседа «Опасные предметы вокруг нас» 2. Дидактическая игра «Я знаю, что можно, что нельзя» 3. С/рол. игры «Семья», «Больница» 4. Физкультурный досуг «Здравствуй лето!»	1. Беседа «Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья», «Как стать сильными и здоровыми» 2. Дидактическая игра: «Утро начинается», «Что такое хорошо, что такое плохо» 3. С/рол. игры «Семья», «Поликлиника»; 4. Физкультурный досуг «Здравствуй лето!»	1. Игра – эстафета «Полезные продукты» 2. Д/и с мячом «Виды спорта» 3. Д/и «Что вредно, что полезно» 4. Физкультурный досуг «Здравствуй лето!»

4. Взаимодействие с семьями воспитанников
Сентябрь
Анкетирование «Семья и ЗОЖ» Консультации в группах по плану воспитателей
Октябрь
Оформление папки-передвижки «Адаптация детей» Консультации в группах по плану воспитателей
Ноябрь
Оформление информационного стенда «Здоровье – это жизнь» Консультация: «Профилактика ОРЗ» Папка – передвижка: «Профилактика ОРЗ, Грипп»
Декабрь
Консультация: «Здоровье дошкольника и телевизор» Родительские собрания: «Детский сад, семья и ЗОЖ»

Январь

Рекомендации: «Правила безопасного поведения дошкольника дома»

Консультации в группах по плану воспитателей

Февраль

Презентация картотеки по теме: «Закаливающие упражнения»

Консультации в группах по плану воспитателей

Март

Папка – передвижка «Расти здоровым»

Консультации в группах по плану воспитателей

Апрель

Консультация «Развиваем мелкую моторику младших дошкольников»

Оформление стенда «Золотые правила здоровья»

Май

Рекомендации по организации активного отдыха детей в летний период

Консультации в группах по плану воспитателей

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 30435837774180967768552081179451357192081145262

Владелец Данилова Нина Павловна

Действителен с 26.04.2023 по 25.04.2024