

ПРИНЯТО
Протокол заседания
педагогического совета
от 31.08.2023 № 4

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «Детский
сад «Солнышко» с. Мазанка»
Е.И. Канатаева
Приказ № 98
от «31» августа 2023г.



План работы по формированию ЗОЖ НА 2023 – 2024 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.

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	Сроки	Ответственные
1. Методическая работа		
Помощь воспитателям в составлении планов работы по ЗОЖ	В течение года	Зам.зав. по ОД
Оформление папок по ЗОЖ в группах для родителей	В течение года	Зам. зав. по ОД, воспитатели групп
Пополнение методического кабинета и групп методической, детской литературой и наглядными пособиями	В течение года	Зам. зав. по ОД, воспитатели групп
Сентябрь		

Консультации:

«Профессиональные умения воспитателя и содержание его деятельности по формированию ЗОЖ у детей» - зам. зав. по ОД

«Профилактика инфекционных заболеваний» - медсестра

«Двигательная активность детей в учреждении дошкольного образования» - руководитель физического воспитания

Октябрь

Семинар-практикум для воспитателей:

«Здоровьесберегающие технологии в учреждении дошкольного образования». - руководитель физического воспитания

Консультации:

«ЗОЖ. Фитотерапия» - зам. зав. по ОД

Круглый стол:

«Игры, которые лечат» - руководитель физического воспитания

Ноябрь

Семинар-практикум для помощников воспитателей: «Правильное питание и здоровье детей» - медсестра

Консультации:

«Современные здоровьесберегающие технологии в учреждении дошкольного образования» - руководитель физического воспитания

«Правильно питайтесь и будете здоровы» - диетсестра.

Декабрь

Круглый стол

«Проведение каникул в дошкольном учреждении» - зам. зав. по ОД

Консультации:

«Игры и физические упражнения зимой!» - руководитель физического воспитания

Январь
<p>Консультация:</p> <p>«Самостоятельная двигательная деятельность в учреждении дошкольного образования» - руководитель физического воспитания</p> <p>Открытые просмотры по ознакомлению детей с правилами безопасного поведения.</p>
Февраль
<p>Консультации:</p> <p>«Формирование экологических навыков в физкультурно-оздоровительной работе» - руководитель физического воспитания</p>
Март
<p>Консультации:</p> <p>«Основные виды движений – фундамент для освоения спортивных упражнений» - зам. зав. по ОД</p> <p>«Роль воспитателя на занятиях по физической культуре» - руководитель физического воспитания</p>
Апрель
<p>Деловая игра : «Что мы знаем о физкультуре»- руководитель физического воспитания</p> <p>Консультация:</p> <p>«Весело играем, здоровье укрепляем» - зам. зав. по ОД</p>
Май
<p>Выставка</p> <p>в методическом кабинете литературы</p> <p>«Летнее оздоровление детей в условиях дошкольного учреждения»- зам. зав. по ОД</p> <p>Консультации:</p> <p>«Организация активного отдыха в учреждении дошкольного образования» - зам. зав.</p>

по ОД,

3. Работа с воспитанниками

1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группы	Старшие группы
------------------	------------------	----------------	----------------

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. Общение «Почему считается, что солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» 4. Чтение стихотворения С. Михайлова «Про мимозу».
---	---	--	--

Октябрь

1. Беседа. Тема: «Лекарственные растения» 2. К. Чуковский «Мой додыр» 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. Занятие «Фрукты полезны взрослым и детям» 2. Беседа: «Витамины и полезные продукты» 3. Дидактические игры «Узнай по описанию», «Разложи на тарелках полезные продукты», 4. День здоровья	1. Д/и «Оденься правильно» 2. Конструктивная деятельность «Больница для игрушек» 3. Беседа: «Как себя вести, если ты простудился?» 4. День здоровья «Овощи и фрукты - полезные продукты»
---	---	--	---

		«Овощи и фрукты - полезные продукты»	
Ноябрь			
<p>1. Игра-занятие</p> <p>Тема: «Да здравствует мыло душистое»</p> <p>2. Д/и «Кто у нас красивый», "Что нужно для умывания.</p> <p>3. Физкультурный досуг «Осень в лесу»</p>	<p>1.Беседа «Чумазый мальчик»</p> <p>2.Дидактические игры «Зачем нам нужна зубная щетка», «Умоем куклу»</p> <p>3. С/рол. игра «Салон красоты»</p> <p>4.Чтение К.Чуковский «Мойдодыр», А.Барто «Девочка чумазая».</p> <p>5. Физкультурный досуг «Осень в лесу»</p>	<p>1.Беседа. «Что такое микробы» «Почему они опасны»,</p> <p>2.Дидактические игры «Да здравствует мыло душистое», «Зубки крепкие нужны зубки белые важны»</p> <p>3.Игра-экспериментирование «Грязные и чистые ручки», «Теплая или холодная вода».</p> <p>4. Физкультурный досуг «Физкульт-Ура!»</p>	<p>1. Разучивание стихотворения «Прививка»</p> <p>2.Рассматривание альбома «Наши врачи»</p> <p>3. Д/и «Продолжи определение»</p> <p>Физкультурный досуг «Хочу быть здоровым!»</p>
Декабрь			
<p>1. Беседа Тема: «Что бы уши слышали»</p> <p>2. Д/и «Угадай, кто позвал».</p> <p>3.Игра «Назови, не ошибись»</p>	<p>1. Беседа «Наше тело»</p> <p>2.Дидактические игры «Повтори», «Посылка от медвежонка».</p> <p>3.Чтение С.Прокофьев «Румяные щечки»,</p>	<p>1. Беседа «Наше здоровье зимой», «Правила поведения в д/с»,.</p> <p>2. Игра «Назови зимние вид спорта»</p> <p>3. Дидактические игры «Зимние игры и забавы»</p> <p>4. Чтение С. Шукшина «Как беречь нос».</p>	<p>1. Д/и «Кто что делает»</p> <p>2. «Знакомство с работой сердца»</p> <p>3. Рассматривание плаката.</p> <p>4. Д/и «Покажи, что назову»</p>

		С.Михалков	
Январь			
<p>1.Беседа. Тема: «Детский сад – моя семья»</p> <p>2. Д/и «Что вредно, что полезно».</p> <p>3. День здоровья «Не страшны нам холода»</p>	<p>1. Беседа «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья».</p> <p>2. Дидактическая игра «Если хочешь быть здоров».</p> <p>3. Чтение произведения В. Суслова «Про Юру и физкультуру»</p> <p>4. День здоровья «Не страшны нам холода»</p>	<p>1. Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу», «Где живут витамины»,</p> <p>2. Дидактические игры «Угадай на вкус», «Назови правильно»</p> <p>3. Чтение С.Михалков «Про девочку которая плохо кушала»</p> <p>4. День здоровья «Не страшны нам холода»</p>	<p>1. Инсценировка отрывка из сказки К.И. Чуковского «Мойдодыр»</p> <p>2. Загадки детям.</p> <p>3.Рассматривание альбома «Кто с закалкой дружит – никогда не тужит»</p> <p>4. День здоровья «Не страшны нам холода»</p>
Февраль			
<p>1. Беседа. Тема: «Это я – девочка, это я – мальчик»</p> <p>2. Д/и «Что попало тебе в рот», «Угадай на вкус».</p> <p>3. Физкультурный досуг «Мы сильные, ловкие, дружные»</p>	<p>1. Беседа «Если ты потерялся на улице»</p> <p>2. Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты».</p> <p>3. Подвижные игры «Цветные автомобили», «Воробушки и автомобиль»</p> <p>4. С/рол. игра «Аптека»</p> <p>5. Физкультурный досуг «Зимние забавы»</p>	<p>1. Беседа «Моё тело», «Мы все похожие но разные», «Чтобы ушки слышали».</p> <p>2. Дидактические игры «Запомни движение», «Покажи части тела».</p> <p>3. Чтение С.Прокофьев «Румяные щечки», С.Маршак «Тело</p>	<p>1. Разгадывание кроссворда «Предметы гигиены»</p> <p>2. Общение «Сколькими способами можно очистить кожу»</p> <p>3. Разучивание отрывка стихотворения В.В. Маяковского «Что такое хорошо»</p> <p>4. Физкультурный досуг «Зимние</p>

		человека» 4. Физкультурный досуг «Зимние забавы»	забавы»
Март			
1. Чтение стихотворения А. Барто Тема: «Я расту» 2. Физкультурный досуг «В гости к зайке»	1. Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке» 2. Дидактическая игра «Назови вид спорта» 3. С/рол. игра «Физкультурное занятие в детском саду» 4. Физкультурный досуг «В гости к зайке»	1. Беседа. «Чистота – залог здоровья» «Как мы были в кабинете медсестры» 2. Дидактическая игра «Назови вид спорта» «Если кто-то заболел» 3. Физкультурные игры «Олимпийские игры»	1. Составление рассказов детьми «Что мне сегодня снилось» 2. Д/и «Что сначала, что потом» 3. Разучивание колыбельных песен 4. Физкультурные игры «Олимпийские игры»
Апрель			
1. Дидактическая игра Тема: Чем я с другом поделюсь» 2. Сказка «Сахарные ногти» 3. День здоровья «Будем мы здоровыми, будем мы веселыми»	1. С/рол. игры «Аптека», «Больница» 2. Чтение Е.Шкловский «Как лечили мишку», А.Барто «Мы с Тamarой» 3. День здоровья «Будем мы здоровыми, будем мы веселыми»	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. День здоровья	1. Загадки детям о лекарственных растениях 2. Д/и «Что лишнее» 3. Общение «Если ты в лесу поранил ногу» 4. День здоровья «Будем мы здоровыми, будем мы веселыми»

		«Будем мы здоровыми, будем мы веселыми»	
--	--	---	--

Май

1. Игра-занятие Тема: «Чтобы зубки не болели» 2. Дидактическая игра «Поварёнок» 3. Физкультурный досуг «Огонь- друг или враг»	1.Беседа «Опасные предметы вокруг нас» 2.Дидактическая игра «Я знаю, что можно, что нельзя» 3. С/рол. игры «Семья», «Больница» 4. Физкультурный досуг «Огонь- друг или враг»	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»;	1. Игра – эстафета «Полезные продукты» 2. Д/и с мячом «Виды спорта» 3. Д/и «Что вредно, что полезно» 4. Физкультурный досуг «А, ну-ка, мальчики»
--	---	---	---

4. Взаимодействие с семьями воспитанников

Сентябрь

Консультация: «Развивающая среда дома»	Анкета для родителей «Семья и здоровье ребёнка»	Консультация: «Развиваем пальчики»	Анкета «Вы и здоровый образ жизни». Консультация: «Семья и здоровье ребёнка»
--	---	------------------------------------	--

Октябрь

Анкетирование по вопросам физического воспитания в	Папка-передвижка: «Что такое правильное питание»	Консультация: «Движение – это жизнь»	Консультация: «Закаливание детского организма»,
--	--	--------------------------------------	---

семье			
Ноябрь			
Консультация: «Физическое воспитание и саморегуляция поведения ребёнка»	Консультация: «Профилактика ОРЗ».	Консультация: «Охрана здоровья детей и формирование в семье культуры здорового образа жизни».	Папка – передвижка: «Профилактика ОРЗ, Грипп»,
Декабрь			
Памятка: «Профилактика зимнего травматизма»	Консультация: «Культурно гигиенические навыки их значения в развитие ребенка»	Анкетирование «Здоровый образ жизни». Беседа с родителями: «Здоровье ребенка в наших руках».	Папка – передвижка: «О пользе закаливания», «Полезные продукты».
Январь			
Консультация: «Игры, которые лечат»	Папка-передвижка: «Предупреждение плоскостопия у детей»	Консультация: «Упражнения для формирования правильной осанки у детей»	Консультация: «Я здоровье берегу, сам себе я помогу!»,
Февраль			
Консультация: «Советы по закаливанию»	Консультация: «Физическое воспитание ребенка в семье».	Консультация «Оздоровление питанием»	Папка – передвижка «Влияние взаимоотношений взрослых в семье на эмоциональное для

			благополучие ребенка».
Март			
Консультация: «Оборудование детской площадки в саду, на даче и игры на них»	Папка-ширма «Массаж против насморка»	Консультация «Лечение без лекарств»	Папка – передвижка «Расти здоровым»,
Апрель			
Консультация: «Эндокринные заболевания у детей»	Консультация: «Подвижная игра в жизни ребенка»	Консультация: «Соблюдение гигиенических норм и правил – важный фактор ЗОЖ»	Памятка для родителей «Правила этикета»
Май			
«Здоровый образ жизни в нашей семье»	Круглый стол с родителями «Здоровы образ жизни в семье».	Консультация для родителей «Закаляйся - если хочешь быть здоров».	Папка – передвижка: «Вредные привычка у родителей и их влияние на развитие здоровья ребенка»,