

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №4 «Лютик» города Евпатории Республики Крым»

МБДОУ ДСН №4 «Лютик»

297407, Российская Федерация, Республика Крым, г. Евпатория, ул. Советская, 9
т: +7(36569) 6-12-93; +7(36569) 3-63-50

E-mail: sadik_lutik-cyp@crimeaedu.ru



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
ДС №4 «Лютик»
В.В. Любашина

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:

1. Формировать представление о здоровье, как о ценности, расширить представления о состоянии собственного тела, узнать свой организм, научить беречь свое здоровье и заботиться о нем.
2. Расширять знания дошкольников о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.
3. 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	Старший воспитатель
Оформление папок по ЗОЖ в группах для родителей	В течение года	Старший воспитатель, воспитатели групп
Пополнение методического кабинета и групп методической, детской литературой и наглядными пособиями	В течение года	Старший воспитатель, воспитатели групп
Сентябрь		
2. Работа с коллективом ДОУ		
Консультации: 1. «Профессиональные умения воспитателя и содержание его деятельности по формированию ЗОЖ у детей» 2. «Профилактика инфекционных заболеваний» 3. «Двигательная активность детей в учреждении дошкольного образования»	В течение месяца	Старший воспитатель Медсестра
Октябрь		

Семинар-практикум для воспитателей: «Здоровьесберегающие технологии в учреждении дошкольного образования».	В течение месяца	Старший воспитатель
Консультации: «ЗОЖ. Фитотерапия» Круглый стол: «Игры, которые лечат»		
Ноябрь		
Семинар-практикум для помощников воспитателей: «Правильное питание и здоровье детей»	В течение месяца	Медсестра
Консультации: «Современные здоровьесберегающие технологии в учреждении дошкольного образования» «Правильно питайтесь и будете здоровы»		Медсестра
Декабрь		
Круглый стол: «Проведение каникул в дошкольном учреждении»	В течение месяца	Старший воспитатель
Консультации: «Игры и физические упражнения зимой!»		
Январь		
Консультация: «Самостоятельная двигательная деятельность дошкольного образования» Открытые просмотры по ознакомлению детей с правилами безопасного поведения.	В течение месяца	Старший воспитатель
Февраль		

Консультации:		Воспитатель
«Формирование экологического навыков в физкультурно-оздоровительной работе»		В течение месяца
Март		
Консультации:		Старший воспитатель
«Основные виды движений – фундамент для освоения спортивных упражнений»		В течение месяца
«Роль воспитателя на занятиях по физической культуре»		
Апрель		
Деловая игра: «Что мы знаем о физкультуре»		Старший воспитатель
Консультация:		В течение месяца
«Весело играем, здоровье укрепляем»		
Май		
Выставка литературы в методическом кабинете по теме: «Летнее оздоровление детей в условиях дошкольного учреждения»		Старший воспитатель
Консультация:		В течение месяца
«Организация активного отдыха в учреждении дошкольного образования»		
3. Работа с воспитанниками		
1 младшая группа	2 младшая группа	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 сбегать здоровые» 3. С/рол. игры «Поликлиника», «Больница» 4. Чтение
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».		

	К. Чуковский «Доктор Айболит»		
Октябрь			

1. Беседа. Тема: «Лекарственные растения» 2. 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. 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 «Овощи и фрукты - полезные продукты»	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»
Ноябрь			
1. Игра-занятие Тема: «Да здравствует мыло душистое» 2. Д/и «Кто у нас красивый», "Что нужно для умывания. 3. Физкультурный досуг «Осень в лесу»	1. Беседа «Чумазый мальчик» 2. Дидактические игры «Зачем нам нужна зубная щетка», «Умоем куклу» 3. С/рол. игра «Салон красоты» 4. Чтение К. Ч уковский «Мойдодыр», А.Барто «Девочка чумазая». 5. Физкультурный досуг «Осень в лесу»	1. Беседа. «Что такое микробы» «Почему они опасны», 2. Дидактические игры «Да здравствует мыло душистое», «Зубки крепкие нужны зубки белые важные» 3. Игра-экспериментирование «Грязные и чистые ручки»,	1. Разучивание стихотворения «Прививка» 2. Рассматривание альбома «Наши врачи» 3. Д/и «Продолжи определение» Физкультурный досуг «Хочу быть здоровым!»

			«Теплая или холодная вода».	
			4. Физкультурный досуг «Физкульт-Ура!»	
Декабрь				
1. Беседа Тема: «Что бы уши слышали»	1. Беседа «Наше тело»	1. Беседа «Наше здоровье зимой», «Правила поведения в д/с»,.	1. Д/и «Кто что делает»	
2. Д/и «Угадай, кто позвал».	2. Дидактические игры «Повтори», «Посылка от медвежонка».		2. «Знакомство с работой сердца»	
3. Игра «Назови, не ошибись»	3. Чтение С. Прокофьев «Румяные щечки»		3. Рассматривание плаката.	
		Дидактические игры «Зимние игры и забавы»	4. Д/и «Покажи, что назову»	
		4. Чтение С. Шукшина «Как беречь нос».		
		С. Михалков		

Январь	1. Беседа. Тема: «Детский сад – моя семья» 2. Д/и «Что вредно, что полезно». 3. День здоровья «Не страшно нам холода»	1. Беседа «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья». 2. Дидактическая игра «Если хочешь быть здоров». 3. Чтение произведения В. Суслова «Про Юру и физику» 4. День здоровья «Не страшно нам холода»	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» 4. День здоровья «Не страшным холода»	1. Инсценировка отрывка из сказки К.И. Чуковского «Мойдодыр» 2. Загадки детям о зимних видах спорта. 3. Рассматривание альбома «Кто с закалкой дружит – никогда не тужит» 4. День здоровья «Не страшно нам холода»
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, дружные»	1. Беседа «Если ты потерялся на улице» 2. Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты». 3. Подвижные игры «Цветные автомобили», «Воробушки и автомобили» 4. С/рол. игра «Аптека» 5. Физкультурный досуг «Зимние забавы»	1. Беседа «Мое 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» Физкультурный досуг «Зимние забавы»	1. Разгадывание кроссворда «Предметы гигиены» 2. Общение «Сколько способов можно очистить кожу» 3. Разучивание отрывка стихотворения В.В. Маяковского «Что такое хорошо» 4. Физкультурный досуг «Зимние забавы»

Март			
1. Чтение стихотворения А. Барто Тема: «Я расту»	1. Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке»	1. Беседа. «Чистота – залог здоровья» «Как мы были в кабинете медсестры»	1. Составление рассказов детьми «Что мне сегодня снилось» 2. Д/и «Что сначала, что потом» 3. Разучивание колыбельных песен 4. Физкультурные игры «Олимпийские игры»
2. Физкультурный досуг «В гости к зайке»	2. Дидактическая игра «Назови вид спорта» 3. С/рол. игра «Физкультурное занятие в детском саду» 4. Физкультурный досуг «В гости к зайке»	2. Дидактическая игра «Назови вид спорта» «Если кто-то заболел» 3. Физкультурные игры «Олимпийские игры»	
Апрель			
1. Дидактическая игра Тема: Чемя с другом поделюсь»	1. С/рол. игры «Аптека», «Больница»	1. Беседа «Вредные привычки», «Опасные предметы вокруг нас», «Осторожно лекарства»	1. Загадки детям о лекарственных растениях 2. Д/и «Что лишнее»
2. Сказка «Сахарные ногти»	2. Чтение Е. Шкловский «Как лечили мишку», А. Барто «Мы с Тамарой»	2. Дидактическая игра «Опасно- безопасно», «Я «Скорая помощь», «Я знаю, что можно, что нельзя»	3. Общение «Если ты в лесу поранил ногу»
3. День здоровья «Будем мы здоровыми, будем мы веселыми»	3. День здоровья «Будем мы здоровыми, будем мы веселыми»	3. С/рол. игра «Больница» 4. День здоровья «Будем мы здоровыми, будем мы веселыми»	4. День здоровья «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/н с мячом «Виды спорта» 3. Д/н «Что вредно, что полезно» 4. Физкультурный досуг «А, ну-ка, мальчишки»
--	---	--	---

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 семье	Папка-передвижка: «Что такое правильное питание»	Консультация: «Движение – это жизнь»	Консультация: «Закаливание детского организма»	
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 развитии ребёнка»	Анкетирование «Здоровый образ жизни». Беседа с родителями: «Здоровье ребёнка 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!»	
Март				
Консультация: «Оборудование детской площадки в саду, на даче и игры на них»	Папка-ширма «Массаж против насморка»	Консультация «Лечение без лекарств»	Папка – передвижка «Расту 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»