

План работы по формированию ЗОЖ

НА 2021 – 2022 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	Воспитатель Луканина Л.Г.

Оформление папок по ЗОЖ в группах для родителей	В течение года	Воспитатели
Сентябрь		
<p>Консультации:</p> <p>«Профессиональные умения воспитателя и содержание его деятельности по формированию ЗОЖ у детей» - заведующий</p> <p>«Профилактика инфекционных заболеваний» - медсестра</p> <p>«Двигательная активность детей в учреждении дошкольного образования» - воспитатель Денисенко Н.Н.</p>		
Октябрь		
<p>Семинар-практикум для воспитателей:</p> <p>«Здоровьесберегающие технологии в учреждении дошкольного образования». – воспитатель Яшкина О.Г.</p> <p>Консультации:</p> <p>«ЗОЖ. Фитотерапия» - воспитатель Круглова В.В.</p> <p>Круглый стол:</p> <p>«Игры, которые лечат» - воспитатель Сафоничева Т.Г.</p>		

Ноябрь

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

Консультации:

«Современные здоровьесберегающие технологии в учреждении дошкольного образования» - воспитатель Юдаева И.Б.

«Правильно питайтесь и будете здоровы» - медсестра.

Декабрь

Консультации:

«Игры и физические упражнения зимой!» - муз. руководитель Вольман Э.Г.

Январь

Консультация:

«Самостоятельная двигательная деятельность в учреждении дошкольного образования» - Луканина Л.Г.

Открытые просмотры по ознакомлению детей с правилами безопасного поведения.

Февраль**Консультации:**

«Формирование экологических навыков в физкультурно-оздоровительной работе» - Денисенко Н.Н.

Март**Консультации:**

«Основные виды движений – фундамент для освоения спортивных упражнений» - Сафоничева Т.Г.

«Роль воспитателя на занятиях по физической культуре» - Юдаева И.Б.

Апрель

Деловая игра : «Что мы знаем о физкультуре»- Яшкина О.Г.

Консультация:

«Весело играем, здоровье укрепляем» - Круглова В.В.

Май

Консультации:

«Организация активного отдыха в учреждении дошкольного образования» - заведующий Гальцова О.И.

3.Работа с воспитанниками

Разновозрастная младшая группа «Солнышко»

Разновозрастная подготовительная группа «Ромашки»

средняя- группа

Разновозрастная старшая группа «Пчелки»

Сентябрь

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. 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. 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

1. Разучивание стихотворения «Прививка»
 2. Рассматривание альбома «Наши врачи»
 3. Д/и «Продолжи определение»
- Физкультурный досуг «Хочу быть здоровым!»

5. Физкультурный досуг «Осень в лесу»	«Грязные и чистые ручки», «Теплая или холодная вода».	
Декабрь		
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 виды 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. 4. Д/и «Покажи, что назову»
Январь		
1. Беседа «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья». 2. Дидактическая игра «Если хочешь	1. Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу», «Где живут	1. Инсценировка отрывка из сказки К.И. Чуковского «Мойдодыр» 2. Загадки детям.

<p>быть здоров».</p> <p>3. Чтение произведения В. Суслова «Про Юру и физкультуру»</p> <p>4. День здоровья «Не страшны нам холода»</p>	<p>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>3.Рассматривание альбома «Кто с закалкой дружит – никогда не тужит»</p> <p>4. День здоровья «Не страшны нам холода»</p>
---	--	--

Февраль

<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 человека»</p> <p>4. Физкультурный досуг</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 забавы»</p>
--	---	--

	«Зимние забавы»	
Март		
<p>1.Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке»</p> <p>2. Дидактическая игра «Назови вид спорта»</p> <p>3. С/рол. игра «Физкультурное занятие в детском саду»</p> <p>4. Физкультурный досуг «В гости к зайке»</p>	<p>1. Беседа. «Чистота – залог здоровья»</p> <p>«Как мы были в кабинете медсестры»</p> <p>2. Дидактическая игра «Назови вид спорта» «Если кто-то заболел»</p> <p>3. Физкультурные игры «Олимпийские игры»</p>	<p>1. Составление рассказов детьми «Что мне сегодня снилось»</p> <p>2. Д/и «Что сначала, что потом»</p> <p>3. Разучивание колыбельных песен</p> <p>4. Физкультурные игры «Олимпийские игры»</p>
Апрель		
<p>1. С/рол. игры «Аптека», «Больница»</p> <p>2.Чтение Е.Шкловский «Как лечили мишку», А.Барто «Мы с Тamarой»</p> <p>3. День здоровья «Будем мы здоровыми, будем мы веселыми»</p>	<p>1. Беседа «Вредные привычки», «Опасные предметы вокруг нас», «Осторожно лекарства»</p> <p>2. Дидактическая игра «Опасно-безопасно», «Скорая</p>	<p>1. Загадки детям о лекарственных растениях</p> <p>2. Д/и «Что лишнее»</p> <p>3. Общение «Если ты в лесу поранил ногу»</p> <p>4. День здоровья «Будем мы</p>

	<p>помощь», «Я знаю, что можно, что нельзя»</p> <p>3. С/рол. игра «Больница»</p> <p>4. День здоровья «Будем мы здоровыми, будем мы веселыми»</p>	здоровыми, будем мы веселыми»
Май		
<p>1.Беседа «Опасные предметы вокруг нас»</p> <p>2.Дидактическая игра «Я знаю, что можно, что нельзя»</p> <p>3. С/рол. игры «Семья», «Больница»</p> <p>4. Физкультурный досуг «Огонь- друг или враг»</p>	<p>1. Беседа «Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья», «Как стать сильными и здоровыми»</p> <p>2.Дидактическая игра: «Утро начинается», «Что такое хорошо, что такое плохо»</p> <p>3. С/рол. игры «Семья», «Поликлиника»;</p>	<p>1. Игра – эстафета «Полезные продукты»</p> <p>2. Д/и с мячом «Виды спорта»</p> <p>3. Д/и «Что вредно, что полезно»</p> <p>4. Физкультурный досуг «А, ну-ка, мальчики»</p>
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 развитие ребенка»	Анкетирование «Здоровый образ жизни». Беседа с родителями: «Здоровье ребенка в наших руках».	Папка – «О пользе «Полезные продукты».	передвижка: «Закаливание»,
Январь				
Консультация: «Игры, которые лечат»	Папка-передвижка: «Предупреждение плоскостопия у детей»	Консультация: «Упражнения для формирования правильной осанки у детей»	Консультация: «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу!»,	
Февраль				
Консультация: «Советы по	Консультация: «Физическое воспитание	Консультация «Оздоровление	Папка –	передвижка «Влияние взаимоотношений взрослых в семье

закаливанию»	ребенка в семье».	питанием»	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	Круглый стол с	Консультация для	Папка – передвижка: «Вредные привычка у

образ жизни в нашей семье»	родителями «Здоровы образ жизни в семье».	родителей «Закаляйся - если хочешь быть здоров».	родителей и их влияние на развитие здоровья ребенка»,
----------------------------	---	--	---