

**План работы
по пропаганде и обучению навыкам ЗОЖ
на 2024/2025 учебный год
в МДОУ детский сад № 8 города Алушты**

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, нравственное и культурное поведение - мотивов укрепления здоровья.

Содержание деятельности	Сроки	Ответственные
1. Методическая работа		
Помощь воспитателям в составлении планов работы по ЗОЖ	В течение года	Ст.воспитатель
Оформление папок по ЗОЖ в группах для родителей	В течение года	Ст.воспитатель, воспитатели групп
Пополнение методического кабинета и групп методической, детской литературой и наглядными пособиями	В течение года	Ст.воспитатель, воспитатели групп
Сентябрь		
Консультации: - «Профессиональные умения воспитателя и содержание его деятельности по формированию ЗОЖ у детей»; - «Профилактика инфекционных заболеваний»; - «Двигательная активность детей в ДОУ».		
Октябрь		
Семинар-практикум для воспитателей: «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ». Консультация: «ЗОЖ. Фитотерапия». Круглый стол с педагогами: «Игры, которые лечат».		
Ноябрь		
Консультации: - «Современные здоровьесберегающие технологии в ДОУ»;		

- «Правильно питайтесь и будете здоровы».			
Декабрь			
<i>Консультация:</i> «Игры и физические упражнения зимой»			
Январь			
<i>Консультация:</i> «Самостоятельная двигательная деятельность в ДОУ».			
Февраль			
<i>Консультация:</i> «Формирование экологических навыков в физкультурно-оздоровительной работе»			
Март			
<i>Консультация:</i> «Основные виды движений – фундамент для освоения спортивных упражнений»			
Апрель			
<i>Консультация:</i> «Весело играем, здоровье укрепляем»			
Май			
<i>Выставка</i> в методическом кабинете литературы «Летнее оздоровление детей в условиях ДОУ»			
<i>Консультация:</i> «Организация активного отдыха в ДОУ»			
2. Работа с воспитанниками			
Младшая группа (3 – 4 года)	Средняя группа (4 – 5 лет)	Старшая группа (5 – 6 лет)	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. Общение «Почему считается, что солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья?» 4. Чтение стихотворения С. Михайлова «Про мимозу».
Октябрь			
1. Беседа «Лекарственные растения». 2. К. Чуковский «Мойдодыр». 3. День здоровья	1. Дидактические игры «Что у меня на тарелке», «Варим суп». 2. С/рол. игра «Магазин». 3. Чтение Ю.Тувим	1. Занятие «Фрукты полезны взрослым и детям». 2. Беседа: «Витамины и полезные продукты». 3. Дидактические игры «Узнай по описанию»,	1. Д/и «Оденься правильно». 2. Конструктивная деятельность «Больница для игрушек».

«Овощи и фрукты - полезные продукты».	«Овощи», Г.Зайцев «Приятного аппетита». 4. День здоровья «Овощи и фрукты - полезные продукты».	«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». 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.Чуковский «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 важны!» 3. Игра-экспериментирование «Грязные и чистые ручки», «Теплая или холодная вода». 4. Физкультурный досуг «Физкульт- Ура!»	1. Разучивание стихотворения «Прививка». 2. Рассматривание альбома «Наши врачи». 3. Д/и «Продолжи определение». 4. Физкультурный досуг «Хочу быть здоровым!»
Декабрь			
1. Беседа Тема: «Чтобы 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 виды спорта». 3. Дидактические игры «Зимние игры и забавы». 4. Чтение С. Шукшина «Как беречь нос».	1. Д/и «Кто что делает». 2. «Знакомство с работой сердца». 3. Рассматривание плаката. 4. Д/и «Покажи, что назову».
Январь			
1. Беседа «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. Суслова «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. Инсценировка отрывка из сказки К.И. Чуковского «Мойдодыр». 2. Загадки детям. 3. Рассматривание альбома «Кто с закалкой дружит – никогда не тужит!»
Февраль			
1. Беседа «Это я – девочка, это я – мальчик».	1. Беседа «Если ты потерялся на улице». 2. Д/и «Полезные и	1. Беседа «Моё тело», «Мы все похожие, но разные», «Чтобы ушки слышали».	1. Разгадывание кроссворда «Предметы

2. Д/и «Что попало тебе в рот», «Угадай на вкус». 3. Физкультурный досуг «День защитника Отечества!»	вредные продукты». 3. П/и «Цветные автомобили», «Воробушки и автомобиль». 4. С/рол. игра «Аптека». 5. Физкультурный досуг «День защитника Отечества!»	2. Д/и «Запомни движение», «Покажи части тела». 3. Чтение С.Прокофьев «Румяные щечки», С.Маршак «Тело человека». 4. Физкультурный досуг «День защитника Отечества!»	гигиены». 2. Общение «Сколькими способами можно очистить кожу». 3. Разучивание отрывка стихотворения В.В. Маяковского «Что такое хорошо». 4. Физк. досуг «День защитника Отечества!»
---	--	---	---

Март

1. Беседа «Я расту»	1. Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке» 2. Д/и «Назови вид спорта». 3. С/рол. игра «Физкультурное занятие в детском саду».	1. Беседа. «Чистота – залог здоровья», «Как мы были в кабинете медсестры». 2. Д/и «Назови вид спорта», «Если кто-то заболел».	1. Составление рассказов детьми «Что мне сегодня снилось». 2. Д/и «Что сначала, что потом». 3. Разучивание колыбельных песен.
---------------------	--	--	---

Апрель

1. Беседа «Чем я с другом поделюсь» 2. Сказка «Сахарные ногти».	1. С/рол. игры «Аптека», «Больница». 2. Чтение Е.Шкловский «Как лечили мишку», А. Барто «Мы с Тamarой».	1. Беседа «Вредные привычки», «Опасные предметы вокруг нас», «Осторожно лекарства». 2. Д/и «Опасно-безопасно», «Скорая помощь», «Я знаю, что можно, что нельзя». 3. С/рол. игра «Больница».	1. Загадки детям о лекарственных растениях. 2. Д/и «Что лишнее» 3. Беседа «Если ты в лесу поранил ногу».
--	--	---	--

Май

1. Игра-занятие «Чтобы зубки не болели». 2. Д/и «Поварёнок». 3. Физкультурный досуг «Веселое лето – здоровые дети!»	1. Беседа «Опасные предметы вокруг нас». 2. Д/и «Я знаю, что можно, что нельзя». 3. С/рол. игры «Семья», «Больница». 4. Физкультурный досуг «Веселое лето – здоровые дети!»	1. Беседа «Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья», «Как стать сильными и здоровыми». 2. Д/и: «Утро начинается». 3. С/рол. игры: «Семья», «Поликлиника». 4. Физкультурный досуг «Веселое лето – здоровые дети!»	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».
---	--	---	---

3. 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 ОРВИ, гриппа»
Декабрь			
Памятка: «Профилактика зимнего травматизма»	Консультация: «Культурно-гигиенические навыки, их значение 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 сберегу, 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 благополучие ребенка»
Март			
Консультация: «Оборудование детской площадки в саду, на даче и игры	Папка-ширма «Массаж против насморка»	Консультация «Лечение без лекарств»	Папка – передвижка «Расти здоровым»

на них»			
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»	Консультация «Здоровый образ жизни в семье».	Консультация для родителей «Закаляйся - если хочешь быть здоров»	Папка – передвижка: «Вредные привычки у родителей и их влияние на развитие здоровья ребенка»