

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 1 «ЛАСТОЧКА» ГОРОДСКОГО ОКРУГА СУДАК**

Утвержден

Заведующий МБДОУ «Детский сад №
«Ласточка» городского округа Судак

О.А. Даниленко

Приказ от «01» ноября 2025 г. №165-

**ПЛАН РАБОТЫ ПО
ФОРМИРОВАНИЮ ЗОЖ
НА 2025 – 2026 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Судак – 2025 г

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.

Работа с педагогами
Сентябрь
Консультации: «Профилактика инфекционных заболеваний» - медсестра «Двигательная активность детей в учреждении дошкольного образования» - старший воспитатель
Октябрь
Консультации: «Правильно питайтесь и будете здоровы» - медсестра. Изготовление памятки «Приобщение детей и родителей к формированию здоровьесориентированного образа жизни», воспитатели
Ноябрь
Просмотр открытых занятий: «Если хочешь быть здоров!» Цып Д.С., инструктор по ФК «Я расту здоровым» Скуба О.Г., воспитатель
Декабрь
Семинар-практикум «Использование здоровьесберегающих технологий в работе с дошкольниками», Черепанова Е.В. Консультации: «Игры и физические упражнения зимой» - Степунина О.Ю.
Январь
Круглый стол «О здоровье детей – всерьез!», медсестра Открытые просмотры по ознакомлению детей с правилами безопасного поведения., воспитатели
Февраль
Консультации с презентацией: «Формирование основ ЗОЖ у дошкольников, родителей и педагогов» - Сахронова О.В. Спортивные развлечения «Праздник здоровья», инструкторы по ФК
Март
Открытые просмотры занятий по физической культуре, группы «Осьминожки», «Малинка», «Птички»
Апрель
Деловая игра: «Что мы знаем о физкультуре» - Цып Д.С., инструктор по ФК
Май
Выставка в методическом кабинете литературы «Летнее оздоровление детей в условиях дошкольного учреждения» - Просмотр открытого спортивного досуга «По дороге в Страну ЗОЖ» - Цып Д.С. группа

«Капитошка»

Консультации:

«Организация активного отдыха в летний оздоровительный период» - Персань О.В.

Работа с воспитанниками

Младшая и Средняя группа	Старшая и подготовительная к школе группа
Сентябрь	
1. Беседа: «Как я буду заботиться о своем здоровье» 2. Игра- занятие «Помоги Зайке сберечь здоровье» 3. С/р 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. Занятие «Фрукты полезны взрослым и детям» 2. Беседа: «Витамины и полезные продукты» 3. Дидактические игры «Узнай по описанию», «Разложи на тарелкам полезные продукты», 4. День здоровья «Овощи фрукты -полезные продукты»	1. Д/И «Оденься правильно» 2. Конструктивная деятельность «Больница для игруш» 3. Беседа: «Как себя вести, если ты простудился?» 4. День здоровья «Овощи и фрукты -полезные продукты»
Ноябрь	
1.Беседа. «Что такое микробы» «Почему они опасны», 2Дидактические 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» 4Спортивные развлечения. Викторина «Путешествие в страну ЗОЖ»

Декабрь	
<ol style="list-style-type: none"> Беседа «Наше здоровьезимой», «Правила поведения в ДОУ» Игра «Назови зимние виды спорта» Дидактические игры «Зимние игры и забавы» Чтение «Как беречь нос».С.Михалков 	<ol style="list-style-type: none"> Д/И «Кто что делает» «Знакомство с работой сердца» Рассматривание плаката «Тело человека». Д/И «Покажи, что назову»
Январь	
<ol style="list-style-type: none"> Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым яхочу», «Где живут витамины», Дидактические игры «Угадай на вкус», «Назови правильно» Чтение С.Михалков «Про девочку которая плохо кушала» 	<ol style="list-style-type: none"> Инсценировка отрывка изсказки К.И. Чуковского «Мойдодыр» Загадки детям. 3.Рассматривание альбома «Кто с закалкой дружит –никогда не тужит»
Февраль	
<ol style="list-style-type: none"> Беседа «Моё тело», «Мы все похожие, но разные», «Чтобы ушкислышиали». Дидактические игры «Запомни движение», «Покажи части тела». Чтение С.Прокофьев «Румяные щечки»,С.Маршак «Тело человека» Физкультурный досуг «Мы сильные, ловкие, смелые» 	<ol style="list-style-type: none"> Разгадывание кроссворда «Предметы гигиены» Общение «Сколькими способами можно очистить кожу» Разучивание отрывка стихотворения В.В. Маяковского «Что такоehорошо» День здоровья «Мы сильные, ловкие, смелые»
Март	
<ol style="list-style-type: none"> Беседа. «Чистота –залог здоровья» «Как мы были в кабинете медсестры» Дидактическая игра «Назови вид спорта» «Если кто-то заболел» Игры в спортивном уголке в группе 	<ol style="list-style-type: none"> Составление рассказов детьми «Что мне сегодня снислось» Д/И «Что сначала, что потом» Разучивание песен на спортивную тематику. Игры в спортивном уголке в группе
Апрель	
<ol style="list-style-type: none"> Беседа «Вредные привычки», «Опасные предметы вокруг нас», «Осторожно лекарства» Дидактическая игра «Опасно-безопасно», «Скорая помощь», «Я знаю, что можно, что нельзя» С/рол. игра «Больница» Физкультурный досуг «Ярмарка народных игр». 	<ol style="list-style-type: none"> Загадки детям о лекарственных растениях Д/И «Что лишнее» Общение «Если ты в лесу поранил ногу» Физкультурный досуг «Ярмарка народных игр»
Май	

<p>1. Беседа «Солнце, воздухи 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»; 4. Физкультурный досуг «Здравствуй лето!»</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 «Здравствуй лето!»</p>
--	--

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

