

**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-О

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

Судак – 2025 г

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 1 "ЛАСТОЧКА" ГОРОДСКОГО ОКРУГА
СУДАК, Даниленко Ольга Анатольевна, Заведующий**

04.12.25 08:24 (MSK)

Сертификат 00EAB31ED44ACA56D0A980949F23150444

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 культуры, 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»	1. Д/И «Оденься правильно» 2. Конструктивная деятельность «Больница для игруш»
2. Беседа: «Витамины и полезные продукты» 3. Дидактические игры «Узнай по описанию», «Разложи на тарелкам 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. 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».	1. Разучивание стихотворения «Прививка» 2. Рассматривание альбома «Наши врачи» 3. Д/И «Продолжи определение» 4. Спортивные развлечения. Викторина «Путешествие в страну ЗОЖ»

Декабрь	
1. Беседа «Наше здоровье зимой», «Правила поведения в ДОУ» 2. Игра «Назови зимние виды спорта» 3. Дидактические игры «Зимние игры и забавы» 4. Чтение «Как беречь нос».С.Михалков	1. Д/И «Кто что делает» 2. «Знакомство с работой сердца» 3. Рассматривание плаката «Тело человека». 4. Д/И «Покажи, что назову»
Январь	
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 «Моё 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» 4. Физкультурный досуг «Мы сильные, ловкие, смелые»	1. Разгадывание кроссворда «Предметы гигиены» 2. Общение «Сколькоими способами можно очистить кожу» 3. Разучивание отрывка стихотворения В.В. Маяковского «Что такое хорошо» 4. День здоровья «Мы сильные, ловкие, смелые»
Март	
1. Беседа. «Чистота –залог здоровья» «Как мы были в кабинете медсестры» 2. Дидактическая игра «Назови вид спорта» «Если кто-то заболел» 3. Игры в спортивном уголке в группе	1. Составление рассказов детьми «Что мне сегодня случилось» 2. Д/И «Что сначала, что потом» 3. Разучивание песен на спортивную тематику. 4. Игры в спортивном уголке в группе
Апрель	
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. Физкультурный досуг «Ярмарка народных игр».	1. Загадки детям о лекарственных растениях 2. Д/И «Что лишнее» 3. Общение «Если ты в лесу поранил ногу» 4. Физкультурный досуг «Ярмарка народных игр»
Май	

<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»; 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	

