

План
мероприятий по формированию здорового образа жизни
на 2024 – 2025 учебный год

ЦЕЛЬ: создание условий для сохранения здоровья всех субъектов воспитательно-образовательных отношений, формирования основ здорового образа жизни, безопасного поведения.

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.

Формировать положительные качества личности, 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	Зам.заведующего	
Оформление папок по ЗОЖ в группах для родителей	В течение года	Зам. зав. воспитатели групп	
Пополнение методического кабинета и групп методической, детской литературой и наглядными пособиями	В течение года	Зам. зав. ; воспитатели групп	
Сентябрь Консультации:			

«Профессиональные умения воспитателя и содержание его деятельности по формированию ЗОЖ у детей»		- зам. зав
«Профилактика инфекционных заболеваний» -		медсестра
«Двигательная активность детей в учреждении дошкольного образования»		Тренер по физическому развитию
Октябрь		
<p>Семинар-практикум для воспитателей:</p> <p>«Здоровьесберегающие технологии в учреждении дошкольного образования». - руководитель физического воспитания</p> <p>Консультации:</p> <p>«ЗОЖ. Фитотерапия» - зам. зав. по ОД</p> <p>Круглый стол:</p> <p>«Игры, которые лечат» - руководитель физического воспитания</p>		
Ноябрь		
Семинар-практикум для помощников воспитателей:		

<p>«Правильное питание и здоровье детей» - медсестра</p> <p>Консультации:</p> <p>«Современные здоровьесберегающие технологии в учреждении дошкольного образования» - руководитель физического воспитания</p> <p>«Правильно питайтесь и будете здоровы» - диетсестра.</p>		
<p>Декабрь</p>		
<p>Круглый стол</p> <p>«Проведение каникул в дошкольном учреждении»- зам. зав. по ОД</p> <p>Консультации:</p> <p>«Игры и физические упражнения зимой!» - руководитель физического воспитания</p>		
<p>Январь</p>		
<p>Консультация:</p> <p>«Самостоятельная двигательная деятельность в учреждении дошкольного образования» - руководитель физического воспитания</p> <p>Открытые просмотры по ознакомлению детей с</p>		

правилами безопасного поведения.		
Февраль		
Консультации: «Формирование экологический навыков в физкультурно-оздоровительной работе» - руководитель физического воспитания		
Март		
Консультации: «Основные виды движений – фундамент для освоения спортивных упражнений» - зам. зав. по ОД «Роль воспитателя на занятиях по физической культуре» - руководитель физического воспитания		
Апрель		
Деловая игра : «Что мы знаем о физкультуре»- руководитель физического воспитания Консультация: «Весело играем, здоровье укрепляем» - зам. зав. по ОД		
Май		

<p>Выставка</p> <p>в методическом кабинете литературы</p> <p>«Летнее оздоровление детей в условиях дошкольного учреждения»- зам. зав. по ОД</p> <p>Консультации:</p> <p>«Организация активного отдыха в учреждении дошкольного образования» - зам. зав. по ОД,</p>			
<p>3.Работа с воспитанниками</p>			
<p>1 младшая группа</p>	<p>2 младшая группа</p>	<p>Средняя группы</p>	<p>Старшие и подготовительная группы</p>
<p>Сентябрь</p>			
<p>1. Игра-занятие Тема: «Полезные продукты»</p> <p>2. Д/и «Кто быстрее покажет то, что назову».</p>	<p>1. Д/игра «Кому это принадлежит»</p> <p>2. Сюжетно-ролевая игра «Больница»</p> <p>3. Чтение К.Чуковский «Доктор Айболит»</p>	<p>1. Беседа: «Как я буду заботиться о своем здоровье»</p> <p>2. Игра- занятие «Помоги Зайке сберечь здоровье»</p> <p>3. С/рол. игры «Поликлиника», «Больница»</p> <p>4. Чтение К.Чуковский «Доктор Айболит»</p>	<p>1. Д/и «Режим дня»</p> <p>2. Д/и «Что перепутал художник»</p> <p>3. Общение «Почему считается, что солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»</p> <p>4. Чтение стихотворения С. Михайлова «Про мимозу».</p>
<p>Октябрь</p>			
<p>1. Беседа. Тема: «Лекарственные растения»</p> <p>2. К.Чуковский «Мойдодыр»</p>	<p>1. Дидактические игры «Что у меня на тарелке», «Варим суп»</p> <p>2.С/рол. игра «Магазин»</p>	<p>1. Занятие «Фрукты полезны взрослым и детям»</p>	<p>1. Д/и «Оденься правильно»</p> <p>2. Конструктивная деятельность «Больница для игрушек»</p>

<p>3. День здоровья «Овощи и фрукты - полезные продукты»</p>	<p>3. Чтение Ю.Тувим «Овощи», Г.Зайцев «Приятного аппетита»</p> <p>4. День здоровья «Овощи и фрукты -полезные продукты»</p>	<p>2. Беседа: «Витамины и полезные продукты»</p> <p>3. Дидактические игры «Узнай по описанию», «Разложи на тарелках полезные продукты»,</p> <p>4. День здоровья «Овощи и фрукты - полезные продукты»</p>	<p>3. Беседа: «Как себя вести, если ты простудился?»</p> <p>4. День здоровья «Овощи и фрукты - полезные продукты»</p>
<p>Ноябрь</p>			
<p>1. Игра-занятие Тема: «Да здравствует мыло душистое»</p> <p>2. Д/и «Кто у нас красивый», "Что нужно для умывания.</p> <p>3. Физкультурный досуг «Осень в лесу»</p>	<p>1.Беседа «Чумазый мальчик»</p> <p>2.Дидактические игры «Зачем нам нужна зубная щетка», «Умоем куклу»</p> <p>3. С/рол. игра «Салон красоты»</p> <p>4.Чтение К.Чуковский «Мойдодыр», А.Барто «Девочка чумазая».</p> <p>5. Физкультурный досуг «Осень в лесу»</p>	<p>1.Беседа. «Что такое микробы» «Почему они опасны»,</p> <p>2.Дидактические игры «Да здравствует мыло душистое», «Зубки крепкие нужны зубки белые важны»</p> <p>3.Игра-экспериментирование «Грязные и чистые ручки», «Теплая или холодная вода».</p> <p>4. Физкультурный досуг «Физкульт-Ура!»</p>	<p>1. Разучивание стихотворения «Прививка»</p> <p>2.Рассматривание альбома «Наши врачи»</p> <p>3. Д/и «Продолжи определение»</p> <p>Физкультурный досуг «Хочу быть здоровым!»</p>
<p>Декабрь</p>			
<p>1. Беседа Тема: «Что бы уши слышали»</p> <p>2. Д/и «Угадай, кто позвал».</p> <p>3.Игра «Назови, не ошибись»</p>	<p>1. Беседа «Наше тело»</p> <p>2.Дидактические игры «Повтори», «Посылка от медвежонка».</p> <p>3.Чтение С.Прокофьев «Румяные щечки»,</p>	<p>1. Беседа «Наше здоровье зимой», «Правила поведения в д/с».</p> <p>2. Игра «Назови зимние вид спорта»</p> <p>3. Дидактические игры «Зимние игры и забавы»</p> <p>4. Чтение С. Шукшина «Как</p>	<p>1. Д/и «Кто что делает»</p> <p>2. «Знакомство с работой сердца»</p> <p>3. Рассматривание плаката.</p> <p>4. Д/и «Покажи, что назову»</p>

		беречь нос». С.Михалков	
Январь			
<p>1.Беседа. Тема: «Детский сад – моя семья»</p> <p>2. Д/и «Что вредно, что полезно».</p> <p>3. День здоровья «Не страшны нам холода»</p>	<p>1. Беседа «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья».</p> <p>2. Дидактическая игра «Если хочешь быть здоров».</p> <p>3. Чтение произведения В. Суслова «Про Юру и физкультуру»</p> <p>4. День здоровья «Не страшны нам холода»</p>	<p>1. Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу», «Где живут 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>1. Инсценировка отрывка из сказки К.И. Чуковского «Мойдодыр»</p> <p>2. Загадки детям.</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. Тема: «Это я – девочка, это я – мальчик»</p> <p>2. Д/и «Что попало тебе в рот», «Угадай на вкус».</p> <p>3. Физкультурный досуг «Мы сильные, ловкие, дружные»</p>	<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 «Зимние забавы»</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>
Март			

<p>1. Чтение стихотворения А. Барто Тема: «Я расту»</p> <p>2. Физкультурный досуг «В гости к зайке»</p>	<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. Дидактическая игра Тема: Чем я с другом поделюсь»</p> <p>2. Сказка «Сахарные ногти»</p> <p>3. День здоровья «Будем мы здоровыми, будем мы веселыми»</p>	<p>1. С/рол. игры «Аптека», «Больница»</p> <p>2. Чтение Е.Шкловский «Как лечили мишку», А.Барто «Мы с Тамарой»</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 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>	<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 здоровыми, будем мы веселыми»</p>
Май			
<p>1. Игра-занятие Тема: «Чтобы зубки не болели»</p> <p>2. Дидактическая игра «Поварёнок»</p> <p>3. Физкультурный досуг «Огонь- друг или враг»</p>	<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>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>

		3. С/рол. игры «Семья», «Поликлиника»;	
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 – передвижка: «О пользе закаливания», «Полезные продукты».
Январь			
Консультация: «Игры, которые лечат»	Папка-передвижка: «Предупреждение плоскостопия у детей»	Консультация: «Упражнения для формирования	Консультация: «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу!»,

		правильной осанки у детей»	
Февраль			
Консультация: «Советы по закаливанию»	Консультация: «Физическое воспитание ребенка в семье».	Консультация «Оздоровление питанием»	Папка – передвижка «Влияние взаимоотношений взрослых в семье 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 «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»,

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 668457944626561634972740990882929036601482128254

Владелец Нигаматова Зульфия Ильдаровна

Действителен с 19.02.2025 по 19.02.2026