



Утверждаю:

О.Г. Наполова

Директор МАДОУ ЦПРР-

ДС «Золотой

ключик»

**Комплексный план работы по формированию здорового образа жизни**

**Цель:** Сохранение и укрепление здоровья ребёнка.

**Задачи:**

1. Обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к физическому воспитанию детей с различными проблемами состояния здоровья.
2. Воспитание у детей сознательного отношения к своему здоровью, стимулирование желаний совершенствовать его и вести здоровый образ жизни.
3. Использование информационных компьютерных технологий как средства повышения качества образовательного процесса (начиная со старшего дошкольного возраста).

**ЕЖЕДНЕВНО:**

1. проведение физкультурных занятий на свежем воздухе во время прогулок;
2. проведение утренних гимнастик;
3. проведение гимнастик после сна в сочетании с воздушными ваннами;
4. проведение гимнастики для глаз;
5. хождение по массажным коврикам;
6. освоение навыков самомассажа.

<b>Вид деятельности</b>	<b>Ответственный</b>
<b>Сентябрь</b>	
<b>1. Работа с педагогическим коллективом</b>	
1.1. Инструктаж по охране жизни и здоровья детей	Старший воспитатель., воспитатели
1.2. Инструктаж об организации и проведении экскурсий и целевых прогулок	Старший воспитатель, воспитатели
1.3. Сдаём ГТО (сотрудники)	Смоленцева Л.П., воспитатели
1.4. Консультация «Организация работы с детьми по здоровому образу жизни»	Старший воспитатель
<b>2. Организационно-педагогическая работа с детьми дошкольного возраста</b>	
2.1. Художественное творчество: «Мой портрет», «Моя семья», «Хорошее настроение», «Интересные истории».	Воспитатели групп
2.2. Чтение художественной литературы: А.Барто «Девочка – ревушка», «Вовка – добрая душа», «Требуется друг», «Все на всех». Е.Благинина «Научу обуваться я братца». В.Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо». В.Осева «Волшебное слово».	Воспитатели групп

С.Михлков «как друзья познаются».	
2.3. Повседневные ритуалы: «Минутки вхождения в день», «Утреннее приветствие», «Коробочка добрых дел», «Доска настроения».	Воспитатели групп
2.4. Игры- импровизации: «Оцени поступок», «Коробочка добрых дел», «Если ты в группу принес игрушку».	Воспитатели групп
2.5. Игровые задания: «Опиши девочку (маму, папу, бабушку, дедушку и т.п.); «Посмотри и скажи», «Посмотри и скажи где дедушка, мужчина, юноша, мальчик (где бабушка, женщина, девушка, девочка)», «Кого ты видишь в зеркале».	Воспитатели групп
2.6. Совместные игры с воспитателем: «Клубочек», «Виноградная гроздь».	Воспитатели групп
2.7. Подвижные игры: «Ходим кругом друг за другом», «Найди себе пару», «Каравай», «Змейка», «Попляши, попляши, что умеешь Расскажи».	Воспитатели групп
2.8. Дидактические игры: «Семья», «Мое имя», «Как кого зовут», «Назови ласково», «Подбери признак», «Чей? Чья? Чье?», «Четвертый лишний», «Собери картинку».	Воспитатели групп
2.9. Сюжетно-ролевые игры: «Семья («Выходной день», «Пришли в гости» и т.д.), «Дочки-матери», «Детский сад» («Уборка группы», «Прием детей в группу», «Занятие», «Утренняя зарядка» и т.д.).	Воспитатели групп
<b>3. Работа с родителями</b>	
3.1. Обмен опытом «Вкусно, полезно, доступно» (блюда полезные для здоровья).	Воспитатели групп
3.2. Организация профилактических мероприятий против гриппа и ОРВИ.	Воспитатели групп
3.3. Индивидуальные беседы «Здоровая нация-это вакцинация»	Воспитатели групп
3.4. Консультация «Влияние психологического климата семьи на здоровье ребенка»	Воспитатели групп
<b>Октябрь</b>	
<b>1. Работа с педагогическим коллективом</b>	
1.2. Педагогический совет на тему: Использование технологий целенаправленного формирования ценностного отношения детей к здоровью и здоровому образу жизни.	Старший воспитатель, Воспитатели групп
<b>2. Организационно-педагогическая работа с детьми дошкольного возраста</b>	
2.1. Дидактические игры: «Лицо в зеркале», «Мои помощники», «Какого цвета волосы», «Чудесные картинки», «Кто быстрее покажет части тела», «Посмотри и позови», «Что забыл нарисовать художник».	Воспитатели групп

2.2. Сюжетно-ролевая игра: «Осмотр у доктора».	Воспитатели групп
2.3. Игры-импровизации: «Что умеет твое тело?». «Гномик рассказывает о своем теле».	Воспитатели групп
2.4. Практические задания: «Раскрась части тела», «Обведи кружочком подвижные части тела», «Обведи фломастером ступни ног и кисти рук».	Воспитатели групп
2.5. Игры-задания: «Покажи, что умеют ручки? ножки?», «Подыши носиком», «Поморгай глазками», «Зачем человеку нужна голова», «Нарисуем на ладошке...», «Как ухаживать за собой», «Для чего человеку нужны части тела?»	Воспитатели групп
2.6. Подвижные игры: «Веселая зарядка», «Маленькие и большие ноги», Пальчики и ручки», «Быстрые и ловкие ножки», «Море волнуется.»	Воспитатели групп
2.7. Рисование: «Автопортрет», «Нарисуй портрет ладошки».	Воспитатели групп
<b>3. Работа с родителями</b>	
3.1. Консультация «Как природа нам помогает быть здоровыми»	Воспитатели групп

<b>Ноябрь</b>	
<b>1. Работа с педагогическим коллективом</b>	
1.1. Систематическая работа по воспитанию основ здорового образа жизни.	Воспитатели групп
1.2. Просмотр презентаций «Кладовая ягод»	Воспитатели групп
1.3. Оперативный контроль «Работа педагога по формированию у детей знаний по ЗОЖ».	Старший воспитатель
<b>2. Организационно-педагогическая работа с детьми дошкольного возраста</b>	
2.1. Дидактические игры: «Сделаем куклам разные прически» «Вымоем куклу», «Правила гигиены», «Чего не хватает?» «Покажи правильно»	Воспитатели групп
2.2. Творческие игры: «Парикмахерская», «Детский сад» «Девочка чумазая» инсценировка по стихотворению А.Барто	Воспитатели групп
2.3. Игровые задания: «Научим Хрюшу умываться», «Кукла Таня простудилась», «Какие мы разные», «Мы любим умываться и чисто одеваться», «Где что находится?»	Воспитатели групп
2.4. Чтение художественной литературы: Г.Зайцев «Дружи с водой», К.Чуковский «Мойдодыр», А.Барто «Девочка чумазая», З.Бяльковская «Юля – чистюля», З.Александрова «Купание», Потешки: «Водичка, водичка», «Расти коса до пояса»	Воспитатели групп

2.5. Беседы: «Как устроено наше тело», «Как мы дышим», «Глаза», «Какую роль играет сердце в жизни человека», «Что вредно для наших легких».	Воспитатели групп
<b>3. Работа с родителями</b>	
3.2. Консультации «Физкультура с малышами» (игры и упражнения для детей раннего возраста)	Воспитатели групп
3.3. Папка-передвижка «Здоровье-главное богатство человека».	Воспитатели групп
<i>Декабрь</i>	
<b>1. Работа с педагогическим коллективом</b>	
1.1. Консультация «Влияние настроения на здоровье».	Старший воспитатель

<b>2. Организационно-педагогическая работа с детьми дошкольного возраста</b>	
2.1. Дидактические игры: «Покажи мишке как правильно одеваться», «Оденем куклу на прогулку», «Если кто-то заболел»	Воспитатели групп
2.2. Сюжетно-ролевая игра: «Семья», «Аптека», «Скорая помощь»	Воспитатели групп
2.3. Игровые задания: Как витамины подружились со Степашкой? Отчего вылечилась ангина у Хрюши? Как надо одеваться, чтобы не болеть?	Воспитатели групп
2.4. Беседы: «Где хранятся витамины?», «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит».	Воспитатели групп
2.5. Чтение художественной литературы: Е. Шкловский «Как лечили мишку», «Осторожно, лекарство»	Воспитатели групп
<b>3. Работа с родителями</b>	
3.1. Консультация «Правильная осанка-отличное здоровье»	Воспитатели групп
3.2. Памятка «Проблемы засыпания вашего ребенка»	Воспитатели групп
3.3. Оформление папки-передвижки «Лук от семи недугов»	Воспитатели групп
<i>Январь</i>	
<b>1. Работа с педагогическим коллективом</b>	
1.1. сдача норм ГТО	Смоленцева Л.П.
<b>2. Организационно-педагогическая работа с детьми дошкольного возраста</b>	
2.1. Дидактические игры: «Назови вид спорта» (по картинкам) «Назови вид спорта» (по показу)	Воспитатели групп

2.2. Игровые задания: Что случилось с этим мальчиком, почему он заболел? (по стихотворению Т.Волгиной «Два друга»), Почему спортсмены реже болеют?	Воспитатели групп
2.3. Этюды: «Физкультурное занятие в детском саду»	Воспитатели групп
2.4. Игры- настроения: «Ниточка- иголочка», «Веселые лужицы».	Воспитатели групп
2.5. Чтение художественной литературы: Т.Волгина «Два друга». Вечера загадок.	Воспитатели групп
2.6. Беседы: «Как правильно заботиться о своем здоровье», «От чего возникают разные заболевания».	Воспитатели групп

### **3.Работа с родителями**

3.2. Беседа с родителями: «Режим и его значение в жизни ребенка»	Воспитатели группы
3.3. Консультация «Как природа нам помогает быть здоровыми»	Воспитатели группы

### *Февраль*

#### **1.Работа с педагогическим коллективом**

1.2. ГТО	Смоленцева Л.П
----------	----------------

#### **2. Организационно-педагогическая работа с детьми дошкольного возраста**

2.1. Дидактические игры: «Раз, два, три, что может быть опасным – найди», «Источники опасности», «Отбери предметы, которые трогать нельзя», «Можно-нельзя»	Воспитатели групп
2.2. Игровые задания: «Для чего нужен порядок в квартире»	Воспитатели групп
2.3.Рассматривание картинок: кипящий чайник, спички, иголка и т.д.	Воспитатели групп
2.4. Беседы: «Опасные предметы», «Я знаю, что можно, что нельзя»	Воспитатели групп
2.5. Этюды: «Я сама», «Купание», «Митя и рубашка», «Вкусная каша», «Приходите, поглядите», «Один дома».	Воспитатели групп

### **3.Работа с родителями**

3.1. Делимся опытом семейного воспитания «Наша спортивная семья»	Воспитатели групп
3.2. Изготовление буклетов «Береги глаз как алмаз».	Воспитатели групп
3.3. Индивидуальные беседы «Роль семьи в формировании здорового образа жизни ребенка»	Воспитатели групп

### *Март*

#### **1.Работа с педагогическим коллективом**

1.1. стенгазета «Аптека на грядке».	Воспитатели групп
-------------------------------------	-------------------

<b>2. Организационно-педагогическая работа с детьми дошкольного возраста</b>	
2.1. Сюжетно- ролевые игры: «Семья», «Автобус», «Детский сад»	Воспитатели групп
2.2. Цикл занятий по Олимпизму «Символика Олимпийских игр» «Мифы и люди Олимпии» «Летние и зимние игры» «Знаменитые олимпийцы»	Воспитатели групп
2.3. Беседы: «Если чужой приходит в дом»	Воспитатели групп
2.4. Игровые обучающие ситуации: «Что будет, если откроешь дверь незнакомому человеку», «Ты один дома: незнакомый человек просит открыть дверь», «Почему незнакомый взрослый может быть опасен?» «Взрослый угощает тебя конфетой, мороженым, жвачкой»	Воспитатели групп
2.5. Чтение художественной литературы: русская народная сказка «Кот, петух и лиса», «Волк и семеро козлят» А.Толстой «Буратино», К.Чуковский «Котауси и Мауси» С.Маршак «Сказка о глупом мышонке».	Воспитатели групп
<b>3. Работа с родителями</b>	
3.1. Школа для родителей «Как одеть ребенка на прогулку в весенний период».	Воспитатели групп
3.2. Фотоколлаж «Как мы занимаемся гимнастикой»	Воспитатели групп
3.3. Изготовление буклетов «Дети и телевизор»	Воспитатели групп
<i>Апрель</i>	
<b>1. Работа с педагогическим коллективом</b>	
1.1. Самоанализ педагогов «Что я знаю о ЗОЖ», «Формула здоровья!»	Старший воспитатель, воспитатели
<b>2. Организационно-педагогическая работа с детьми дошкольного возраста</b>	
2.1. Дидактические игры: «Если возник пожар»	Воспитатели групп
2.2. Сюжетно- ролевые игры: «Пожарные»	Воспитатели групп
2.3. Инсценировка произведения С.Маршака «Кошкин дом»	
2.4. Беседы: «Какие беды приносят пожары?» «Почему детям не разрешается включать газовую плиту?» «Можно ли оставлять включенным утюг?» «Спички не тронь – в спичках огонь».	Воспитатели групп
2.5. Чтение художественной литературы: С.Маршак «Кошкин дом», Г.Цыферов «Жил был на свете слоненок»; Л.Толстой «Пожарные собаки»; К.Чуковский «Путаница» С.Михалков «Дядя Степа милиционер»	Воспитатели групп

<b>3. Работа с родителями</b>	
3.1. Обмен опытом «Наша спортивная семья»	Воспитатели групп
3.2. Выпуск газеты для родителей «Здоровей-ка».	Воспитатели групп
3.3. Папка-передвижка «Лекарственные растения Бурятии»	Воспитатели групп
<i>Май</i>	
<b>1. Работа с педагогическим коллективом</b>	
1.1. Консультация «Компьютер и здоровье дошкольника».	Старший воспитатель
<b>2. Организационно-педагогическая работа с детьми дошкольного возраста</b>	
2.1. Дидактические игры: «Найди и назови», «Что говорит светофор?», «Собери дорожный знак»	Воспитатели групп
2.2. Игра-загадка: «Угадай вид транспорта»	Воспитатели групп
2.3. Подвижные игры: игры- эстафеты, подвижные игры согласованности детей.	Воспитатели групп
2.4. Сюжетно-ролевые игры: «Мы – водители» «Автобус», «Транспорт», «Больница», «Скорая помощь»	Воспитатели групп
2.5. Игровые задания: «Как надо себя вести в транспорте», «Как правильно переходить дорогу».	Воспитатели групп
2.6. Чтение художественной литературы: Г.Георгиев «Светофор», А.Северный «Светофор», О. Тарутин «Переход», С.Михалков «Дядя Степа – милиционер»	Воспитатели групп
<b>3. Работа с родителями</b>	
3.1. Консультация: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья».	Воспитатели групп
3.2. Папка-передвижка «10 простых условий здоровья».	Воспитатели групп
3.3. Выпуск буклета «Игры нашего двора»	Воспитатели групп