



План работы по формированию основных представлений о  
здоровом образе жизни и правильном питании  
на 2020 – 2021 учебный год

д. Большая Куверба

2020 г.

**ЦЕЛЬ:** создание условий для сохранения здоровья воспитанников, формирования основ здорового образа жизни, безопасного поведения воспитанников.

**ЗАДАЧИ:**

Формировать представления о здоровье, как о ценности, расширить представления о состоянии собственного тела, узнать свой организм, научить беречь свое здоровье и заботиться о нем.

Расширяют знания дошкольников о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.

Формировать положительные качества личности детей, нравственного и культурного поведения - мотивов укрепления здоровья.

Содержание деятельности	Сроки	Ответственные
<b>1. Методическая работа</b>		
Помощь воспитателям в составлении планов работы по ЗОЖ	В течение года	заведующий
Оформление папки по ЗОЖ для родителей	В течение года	воспитатели
Пополнение методического кабинета и группы методической, детской литературой и наглядными пособиями	В течение года	воспитатели
<b>Сентябрь</b>		
<b>Консультации:</b> «Профессиональные умения воспитателя и содержание его деятельности по формированию ЗОЖ у детей» - «Профилактика инфекционных заболеваний» «Двигательная активность детей в учреждении дошкольного образования»		
<b>Октябрь</b>		
<b>Семинар-практикум для воспитателей:</b> «Здоровьесберегающие технологии в учреждении дошкольного образования»		
<b>Круглый стол:</b> «Игры, которые лечат»		
<b>Ноябрь</b>		
<b>Семинар-практикум</b> для помощников воспитателей:		

«Правильно питайтесь и будете здоровы»
<b>Декабрь</b>
<p><b>Круглый стол</b></p> <p>«Проведение каникул в дошкольном учреждении»</p> <p><b>Консультация:</b></p> <p>«Игры и физические упражнения зимой!»</p>
<b>Январь</b>
<p><b>Консультация:</b></p> <p><b>Открытый просмотр</b> по ознакомлению детей с правилами безопасного поведения.</p>
<b>Февраль</b>
<p><b>Консультация:</b></p> <p>«Формирование экологический навыков»</p>
<b>Март</b>
<p><b>Консультация:</b></p> <p>«Роль воспитателя на занятиях по физической культуре»</p>
<b>Апрель</b>
<p><b>Деловая игра</b> : «Что мы знаем о физкультуре»</p> <p><b>Консультация:</b></p> <p>«Весело играем, здоровье укрепляем»</p>
<b>Май</b>
<p><b>Выставка</b></p> <p>«Летнее оздоровление детей в условиях дошкольного учреждения»</p> <p><b>Консультация:</b></p> <p>«Организация активного отдыха в учреждении дошкольного образования»</p>

### **3.Работа с воспитанниками**

#### **Сентябрь**

1. Игра-занятие

Тема: «Полезные продукты»

2. Д/и «Кто быстрее покажет то, что назову».

3.Д/игра «Кому это принадлежит»

4. Чтение К.Чуковский «Доктор Айболит»

5. С/рол. игры «Поликлиника», «Больница»

6. Д/и «Режим дня»

#### **Октябрь**

1. Занятие «Фрукты полезны взрослым и детям»

2. К.Чуковский «Мойдодыр»

3.Чтение Ю.Тувим «Овощи», Г.Зайцев «Приятного аппетита»

4.Дидактические игры «Что у меня на тарелке», «Варим суп»

5.Д/и «Оденься правильно»

#### **Ноябрь**

1. Игра-занятие

Тема: «Да здравствует мыло душистое»

2. Д/и «Кто у нас красивый», "Что нужно для умывания. «Зачем нам нужна зубная щетка», «Умоем куклу»

3. Физкультурный досуг «Осень в лесу» 4.Разучивание стихотворения «Прививка»

5..Игра-экспериментирование «Грязные и чистые ручки», «Теплая или холодная вода».

#### **Декабрь**

1. Беседа Тема: «Что бы уши слышали»

2. Д/и «Угадай, кто позвал».

3.Игра «Назови, не ошибись»

Чтение К.Чуковский «Мойдодыр»

4. Беседа «Наше здоровье зимой», «Правила поведения в д/с»

#### **Январь**

1.Беседа. Тема: «Детский сад – моя семья» , «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья».

2. Д/и «Что вредно, что полезно».

3. День здоровья «Не страшны нам холода»
4. Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу», «Где живут витамины»
5. День здоровья «Не страшны нам холода»

### **Февраль**

1. Беседа. Тема: «Это я – девочка, это я – мальчик»
2. Д/и «Что попало тебе в рот», «Угадай на вкус».
3. С/рол. игра «Аптека» 4. Физкультурный досуг «Зимние забавы»

### **Март**

1. Чтение стихотворения А. Барто Тема: «Я расту»
2. Беседа «Вредные привычки»
3. Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке»
4. Дидактическая игра «Назови вид спорта»

### **Апрель**

1. Дидактическая игра Тема: Чем я с другом поделюсь»
2. С/рол. игры «Аптека», «Больница»
3. Сказка «Сахарные ногти»
4. День здоровья «Будем мы здоровыми, будем мы веселыми»
5. Чтение Е.Шкловский «Как лечили мишку», А.Барто «Мы с Тamarой»

### **Май**

1. Игра-занятие  
Тема: «Чтобы зубки не болели»
2. Дидактическая игра «Поварёнок», «Утро начинается»,
3. Беседа «Опасные предметы вокруг нас»
4. С/рол. игры «Семья», «Поликлиника»
5. Д/и с мячом «Виды спорта»

### **4. Взаимодействие с семьями воспитанников**

#### **Сентябрь**

Консультация:

«Развивающая среда дома», «Развиваем пальчики»

Анкета для родителей «Семья и здоровье ребёнка»

## **Октябрь**

Папка-передвижка:  
«Что такое правильное питание»

Консультация: «Профилактика гриппа»

## **Ноябрь**

Консультация: «Закаливание детского организма», «Профилактика ОРЗ».

«Физическое воспитание и саморегуляция поведения ребёнка»

«Почему ребенок нервничает»

Папка – передвижка: «Профилактика ОРЗ, Грипп»

## **Декабрь**

Памятка: «Профилактика зимнего травматизма» «Осторожно – лед!»

Папка – передвижка:  
«О пользе закаливания»

Консультация: «Профилактика коронавирусной инфекции»

## **Январь**

Консультация:

«Игры, которые лечат» «Физическое воспитание ребенка в семье».

«Опасности коронавирусной инфекции»

## **Февраль**

Консультация:

«Советы по закаливанию», «Почему нужна прививка?»

Папка – передвижка  
«Влияние взаимоотношений взрослых в семье на эмоциональное для благополучие ребенка».

## **Март**

Консультация:

«Лечение без лекарств»

Папка – передвижка «Расти здоровым»

## **Апрель**

Консультация: «Соблюдение гигиенических норм и правил»

Консультация: «Разговор о правильном питании»

## **Май**

Консультация для родителей «Здоровый образ жизни в нашей семье»

Папка – передвижка: «Вредные привычки у родителей и их влияние на развитие здоровья ребенка»