



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ
«Детский сад №22 «Рябинушка»
И. А. Коноплина
Приказ от 31.08.2022 №3108-1\ОД

**ПЛАН РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
НА 2022 – 2023 УЧЕБНЫЙ ГОД**

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.

Группа раннего возраста	младшая группа	Средняя группа	Старшая и подготовительная к школе группа
Сентябрь			
<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. Беседа «Почему считается, что солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»</p> <p>4. Чтение стихотворения С. Михайлова «Про мимозу».</p>
Октябрь			
<p>1. Беседа. Тема: «Лекарственные растения»</p>	<p>1. Дидактические игры «Что у меня на тарелке», «Варим суп»</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>2. К.Чуковский «Мойдодыр»</p> <p>3. День здоровья «Овощи и фрукты - полезные продукты»</p>	<p>2.С/рол. игра «Магазин»</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>
---	--	---	--

Ноябрь

<p>1. Игра-занятие</p> <p>Тема: «Да здравствует мыло душистое»</p> <p>2. Д/и «Кто у нас красивый», "Что нужно для умывания.</p> <p>4. День Здоровья.</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>1.Беседа. «Что такое микробы» «Почему они опасны», 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>1. Разучивание стихотворения «Прививка»</p> <p>2.Рассматривание альбома «Наши врачи»</p> <p>3. Д/и «Продолжи определение»</p> <p>4. День здоровья</p> <p>5. Викторина «Путешествие в страну ЗОЖ»</p>
--	---	---	---

	5. День Здоровья.	4. День Здоровья.	
Декабрь			
<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 беречь нос».</p> <p>С.Михалков</p>	<p>1. Д/и «Кто что делает»</p> <p>2. «Знакомство с работой сердца»</p> <p>3. Рассматривание плаката «Тело человека».</p> <p>4. Д/и «Покажи, что назову»</p>
Январь			
<p>1.Беседа. Тема: «Детский сад – моя семья»</p> <p>2. Д/и «Что вредно, что полезно».</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.</p>	<p>1. Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу», «Где живут витамины»,</p> <p>2. Дидактические игры «Угадай на вкус»,</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>

	Суслова «Про Юру и физкультуру»	«Назови правильно» 3. Чтение С.Михалков «Про девочку которая плохо кушала»	
--	---------------------------------	---	--

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. Показ иллюстраций «Как правильно чистить зубы»</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. Беседа «Наши зубки»</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» Сюжетно-ролевая игра «У стоматолога»</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. Беседа «Где живут витамины»;</p> <p>5. Отгадывание загадок о фруктах, овощах.</p>
--	--	---	--

Март

<p>1. Чтение стихотворения А. Барто Тема: «Я расту»</p> <p>2. Загадки для малышей.</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. Беседа «Что делать, чтобы не заболеть»</p> <p>5. С/рол. игра Больница»</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. Игры в спортивном уголке в группе.</p> <p>4. С/рол. игра «Физкультурное занятие в детском саду»</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. Игры в спортивном уголке в группе</p> <p>5. Экскурсия в медицинский кабинет детского сада</p> <p>Беседа с врачом и м/с «Почему я стала врачом, м/с»</p>
--	---	---	---

Апрель

<p>1. Дидактическая игра Тема: Чем я с другом поделюсь»</p> <p>2. Сказка «Сахарные ногти»</p> <p>3. Беседа «Фрукты-полезная еда»</p>	<p>1. С/рол. игры «Аптека», «Больница»</p> <p>2. Чтение Е.Шкловский «Как лечили мишку», А.Барто «Мы с Тamarой»</p> <p>3. Физкультурный досуг «Ярмарка народных игр»</p> <p>4. Беседа «Питание и здоровье» - формировать представлен</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</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. Дид. <u>игры</u>: «Что полезно, что вредно»- закреплять знания о полезных и вредных продуктах.</p>
--	---	---	---

	ия детей о полезных для здоровья продуктах.	«Больница»	4. Физкультурный досуг «Ярмарка народных игр»
--	---	------------	---

Май			
------------	--	--	--

<p>1. Игра-занятие Тема: «Чтобы зубки не болели»</p> <p>2. Дидактическая игра «Поварёнок»</p> <p>3. Физкультурный досуг «Здравствуй лето!»</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 «Здравствуй лето!»</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>3. С/рол. игры «Семья», «Поликлиника»;</p> <p>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.</p> <p>5. Физкультурный досуг «Здравствуй лето!»</p>

