

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 9 «Алые паруса»
_____ О.Н.Червонищенко
Приказ № 75-ОД от 24.03.2022

**ПЛАН
работы по пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда с
участниками образовательных отношений в МБДОУ «Детский сад № 9 «Алые паруса»
на 2022-2023 учебный год**

Цели:

- формирование у детей понимания здоровья и нездоровья, ценности тела человека;
- воспитание осознанного отношения и к своему здоровью, и к физическому благополучию людей вокруг;
- развитие навыка «понимать» свой организм, его нужды;
- воспитание потребности в духовно-нравственном и физическом совершенствовании;
- формирование культурно-гигиенических навыков — КГН (мыть руки перед едой, после улицы, умываться после сна и пр.);
 - знакомство с ситуациями в быту, на улице, носящими потенциальную опасность для здоровья;
 - обучение соблюдения техники безопасности в процессе занятий разными видами деятельности.

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.
 - Расширят 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	Период проведения	Ответственное лицо
Методическая работа		
Консультация воспитателей по составлению планов работы ЗОЖ	март, 2022	заведующий
Обновление картотеки по ЗОЖ в группах	в течение года	Воспитатели всех возрастных групп
Пополнение методической литературой и наглядными пособиями методический кабинет	в течение года	заведующий
Консультация воспитателей на тему «Профилактика инфекционных заболеваний»	сентябрь, 2022	заведующий
Изготовление памятки в группах «Приобщение детей и их родителей к ЗОЖ»	октябрь, 2022	Воспитатели всех возрастных групп
Консультация воспитателей на тему «Игры и физические упражнения в холодный период года»	ноябрь, 2022	заведующий
Профилактическая работа		

Рациональная организация внутреннего пространства в соответствии с требованиями СанПиНов.	постоянно	воспитатели
Создание условий для организации двигательной активности воспитанников, включающей в себя, предусмотренные программой занятия физкультурой, активные паузы в режиме дня, а также физкультурно-оздоровительную работу.	постоянно	воспитатели
Организация рационального питания и витаминизация воспитанников: организация второго завтрака (соки, фрукты), строгое выполнение натуральных норм питания, соблюдение питьевого режима, гигиена приема пищи, индивидуальный подход к детям во время приема пищи, правильность расстановки и подбора мебели.	постоянно	Воспитатели, медицинская сестра
Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями.	постоянно	воспитатели
Профилактика заболеваний полости рта и носоглотки	в период вспышки заболеваний	Воспитатели, медицинская сестра
Нормализация функции ЦНС (соблюдение режима; музыкотерапия; сказкотерапия)	в течении года	Воспитатели, медицинская сестра
Рекомендации родителям часто болеющих детей по оздоровлению в летний период (по закаливанию, питанию, одежде).	в течении года	Воспитатели, медицинская сестра
Работа с воспитанниками		
Игра-занятие на тему «Полезные продукты» Беседа на тему «Чистота и здоровье»	март, 2022	Воспитатели всех возрастных групп
Беседа на тему «Растения – друг и враг» Развлечение «Веселые овощи»	март, 2022	Воспитатели всех возрастных групп
Проведения дня здоровья	апрель, 2022	Воспитатели всех возрастных групп
Беседа на тему «Наше здоровье зимой» Игра на тему «Да здравствует мыло душистое»	декабрь, 2022	Воспитатели всех возрастных групп
Чтение произведения В. Сулова Игра на тему «Назови не ошибись»	апрель, 2022	Воспитатели всех возрастных групп
Физкультурный досуг «Мы сильные»	май, 2022	Воспитатели всех возрастных групп
Дидактическая игра «Назови вид спорта» Беседа на тему «Если ты потерялся на улице»	март, 2023	Воспитатели всех возрастных групп
Дидактическая игра «Опасно - безопасно» Беседа на тему «Опасные предметы вокруг нас»	апрель, 2023	Воспитатели всех возрастных групп
Физкультурный досуг «Здравствуй лето!»	май, 2023	Воспитатели всех возрастных групп
Утренняя гимнастика с использованием корригирующих и дыхательных упражнений	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп
Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп

Физкультурные занятия	3 раза в неделю	Воспитатели всех возрастных групп
Динамические паузы во время проведения НОД	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп
Гимнастика после дневного сна	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп
Прогулки на воздухе с включением подвижных игр и игровых упражнений	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп
Организация самостоятельной двигательной активности детей	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп
Гимнастика для глаз	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп
Пальчиковая гимнастика	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп
Дыхательная гимнастика в игровой форме	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп
Хождение босиком по «дорожке здоровья»	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп
Обширное умывание	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп
Воздушные ванны (облегченная одежда соответствует сезону года)	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп
<i>Взаимодействие с семьями воспитанников</i>		
Разработка рекомендаций по правилам безопасного поведения дома	апрель, 2022,2023	Воспитатели всех возрастных групп
Рекомендации по организации активного летнего отдыха детей	май, 2022-2023	Воспитатели всех возрастных групп