

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий

МАДОУ детский сад № 16 «Василек»

общеразвивающего г. Ишимбай

МР Ишимбайский район РБ

Г.М. Рябых

«30» августа 2023 года

План работы по здоровьесформирующей и здоровьесберегающей направленности ДОУ на 2023-2024 год

В своей деятельности детский сад руководствуется концепцией сохранения здоровья детей. Она предполагает:

- Недопущение дополнительных учебных нагрузок, превышение времени проведения НОД.
- Реализация оздоровительных мероприятий: физических упражнений, игровых видов спорта
- Соблюдение режима дня
- Рациональное питание, личная гигиена.

Цель работы по здоровьесбережению: создание условий для комплексного решения проблемы сохранения и укрепления здоровья детей.

Задачи:

1. Формирование здоровьесберегающей среды в детском саду.
2. Разработка комплекса мер по воспитанию здорового образа жизни, охране и укреплению здоровья.
3. Объединение усилий и координация работы детского сада и систем здравоохранения, правоохранительных органов в решении проблемы охраны и укреплению здоровья детей.

Приоритетные направления работы:

1. Здоровье и здоровый образ жизни как ценности культуры личности
2. Укрепление материальной базы детского сада, создание условий, обеспечивающих повышение эффективности физкультурно-оздоровительной работы.
3. Мониторинг состояния здоровья.
4. Повышение квалификации педагогов в вопросах охраны здоровья.
5. Повышение уровня знаний родителей в вопросах охраны и укрепления здоровья, воспитания здорового образа жизни.
6. Здоровьесберегающая направленность в развитии речевой деятельности дошкольников

ПЛАН РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

Месяц	Виды и формы работы	Ответственный
Сентябрь	<u>Анкетирование</u> родителей. Собеседования. Наблюдение. <u>Обобщение результатов</u> исследования.	Воспитатели ДОУ, Старший воспитатель
Октябрь	<u>Консультации:</u> «Растим вместе здорового ребенка» «Правильное питание дошкольников» <u>Наглядная агитация</u> (оформление для родителей стендов, папок-передвижек, санбюллетеней, памяток, газеты «Растем здоровыми».) Подготовка совместно с педагогами выставки детской литературы «В стране Здоровья» <u>Семинар-практикум для родителей</u> «Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными» -Профилактика простудных заболеваний -Пальчиковые игры -Психологическое здоровье дошкольника	Старший воспитатель, Воспитатели ДОУ Воспитатели, медсестра, Инструктор по физической культуре Воспитатели ДОУ Старший воспитатель Воспитатели ДОУ
Ноябрь	Семейный клуб. «Здоровая семья –здоровый ребенок» <u>Консультации:</u> «Спортивный досуг семьи. Движения и игры на прогулке» «Режим и его значение в жизни ребенка» «День Здоровья»	Воспитатели ДОУ, Инструктор по физической культуре старшая медсестра, Инструктор по физической культуре Воспитатели ДОУ Воспитатель по ФИЗО, муз. руководитель, воспитатели
Декабрь	<u>Родительская конференция</u> «Физкультура и здоровье ребенка» -Показ физкультурного занятия в нетрадиционной форме; -Результаты диагностики навыков и умений детей. - Утренняя гимнастика – одно из средств оздоровления и профилактики болезней	Инструктор по физической культуре

	-Делимся опытом семейного воспитания «Наша спортивная семья» (родители) -«Уголок для занятий физкультурой дома» (рекомендации воспитателя по ФИЗО); -Выставка методической литературы о физкультуре, спорте и здоровье	
Январь	<u>Нетрадиционные родительские собрания</u> (в форме КВН, викторин и т.д.) «Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными»	Воспитатели групп
Февраль	<u>Консультация</u> «Влияние психологического климата семьи на здоровье ребенка» Создание совместно с педагогами групп уголков здоровья. Участие в спортивных соревнованиях «Мы мороза не боимся»	Психолог МОРБУ ЦПМСС "Инсайт" Инструктор по физической культуре
Март	<u>Семейный клуб</u> . Встреча-дискуссия «Здоровье без лекарств» -Как природа нам помогает быть здоровыми» -Музыкотерапия -Фитогостиная День Здоровья	Старший воспитатель, старшая медсестра, Инструктор по физической культуре музыкальный руководитель, Воспитатели ДОУ
Апрель	<u>Обмен опытом</u> «Вкусно, полезно, доступно» (блюда полезные для здоровья). Подготовка совместно с педагогами и детьми к выставке газет «К здоровью вместе с мамой и папой»	Старшая медсестра Воспитатели ДОУ
Май	Участие в спортивном празднике “Спорт нам нужен, мы со здоровьем дружим!” Консультация «Осторожно: лето!»	Воспитатель по ФИЗО воспитатели

ПЛАН РАБОТЫ С ПЕДАГОГАМИ

Месяц	Виды и формы работы	Ответственный
Сентябрь	<u>Консультации:</u> «Создание здоровьесберегающей системы ДОУ» «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе ДОУ и критерии их оценки».	Старший воспитатель

	<u>Разработка плана</u> совместной работы педагогов по формированию представлений детей о ЗОЖ»	Старший воспитатель педагоги ДОУ
Октябрь	<u>Консультация</u> Организация в группах здоровьесберегающего пространства. Создание библиотечки методической литературы о ЗОЖ	Воспитатели, , помощники воспитателей Старший воспитатель
Ноябрь	<u>Консультация</u> «Дидактические игры в формировании элементарных представлений детей о ЗОЖ» <u>Конкурс</u> на лучшую дидактическую игру, придуманную или сделанную своими руками.	Старший воспитатель Воспитатели ДОУ
Декабрь	Консультация «Причины нарушений во взаимоотношениях педагогов и детей дошкольного возраста» Психологический тренинг для сотрудников д/с	Психолог с МОБУ ЦПМСС "Инсайт"
Январь	<u>Педагогическая мастерская</u> «Оздоровительные игры в образовательном процессе ДОУ» -Гимнастика игрового характера после дневного сна; -Проведение игрового массажа; -Пальчиковая гимнастика -Дыхательные упражнения как игровой метод оздоровления и развития дошкольников	Инструктор по физической культуре
Февраль	Семинар «Организация здорового образа жизни в детском саду» Конкурс уголков здоровья в группах	Инструктор по физической культуре
Март	Обмен опытом: «ЗОЖ в содержании сюжетно-ролевых игр» (организация, проведение).	Воспитатели ДОУ
Апрель	<u>Консультация</u> «Закаливание — в системе оздоровления ребенка-дошкольника». <u>Обмен опытом</u> «Использование различных видов и форм работы с детьми при формировании элементарных представлений детей о ЗОЖ»	Старший воспитатель Педагоги ДОУ
Май	<u>Эстафета педагогического мастерства</u> . Творческие отчеты педагогов о проделанной работе.	Старший воспитатель

	<u>Конкурс</u> детских групповых альбомов «Здоровый образ жизни». Мониторинг эффективности педагогической работы по формированию представлений детей о ЗОЖ	Воспитатели ДООУ Старший воспитатель
--	--	--

ПЛАН СОВМЕСТНОЙ РАБОТЫ С ПЕДАГОГОВ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗОЖ У ДОШКОЛЬНИКОВ

Цель	Задачи	Формы работы
Формирование у детей основ здорового образа жизни и знакомство с понятием «культура здоровья»	Привлечь внимание детей к проблеме здоровья и его сохранения. Учить бережно относиться к своему организму. Формировать у детей желание регулярно делать зарядку. Развивать творческие способности, стимулировать к участию в решении проблемы.	Модуль «Если хочешь быть здоров – позабудь про докторов»
Приобщать детей к спорту и здоровому образу жизни	Закрепить двигательные умения и навыки детей и умения координировать движения. Способствовать воспитанию целеустремленности, настойчивости, находчивости, смелости, решительности и др. морально-волевых качеств; приучать к активному участию в развлечениях, соревнованиях.	Спортивные соревнования «Старты надежд» (по группам)
Формирование у детей навыков здорового образа жизни	Объяснять детям, что здоровье – это одна из главных ценностей жизни. Сформировать представление о правильном режиме дня и пользе его соблюдения для здоровья. Продолжать знакомить с особенностями строения и функциями организма. Помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания (еда должна быть не только вкусной, но и полезной)	Модуль «Путешествие по стране здоровья»
Формирование у детей представлений о здоровом образе жизни	Обогатить и закрепить представления детей о том, что для жизни и здоровья необходимы хорошие условия: дом, одежда, обувь, игрушки, предметы быта. Расширить и уточнить знания детей об отдыхе и спорте, необходимых для сохранения здоровья.	Проект «Береги здоровье смолоду»

	Закрепить и систематизировать знания детей о пользе и вреде окружающих предметов: воздух, вода, комнатные растения.	
Формирование у детей знаний о том, что здоровье это главная ценность жизни.	Способствовать становлению у детей ценностей здорового образа жизни, занятий спортом, активного отдыха, туризма. Расширять знания детей об устройстве организма человека. Научить детей бережно относиться к своему здоровью. Развивать у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур. Сформировать представление о правильном режиме дня и пользе его соблюдения для здоровья.	Проект «Я расту здоровым»
Расширение кругозора детей. Осуществление пропаганды здорового образа жизни. Воспитание интереса к физической культуре и спорту.	Привлечь внимание детей и родителей к физической культуре и спорту. Познакомить детей с видами мяча. Знакомить с содержанием и правилами спортивных игр с мячом. Развивать технику владения элементами спортивных игр с мячом. Приобщать к историческому наследию спортивных достижений своего района, города, страны.	Открытие мини-музея «Музей мяча»
Приобщать детей к спорту и здоровому образу жизни	Закрепить культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, закаливание). Воспитывать аккуратность, чувство взаимопомощи. Развивать двигательные навыки, выполнять физические упражнения слаженно, дружно, развивать выдержку и внимание в играх. Создание радостного эмоционального настроения.	Праздник Здоровья
Психопрофилактика и психокоррекция страхов у детей дошкольного возраста, формирование уверенности в себе	Создание в семье и детском саду условий, благоприятствующих личностному и эмоциональному развитию ребенка. Создание в д/с оптимально удобного режима воспитания и обучения детей. Оказание педагогом грамотной психологической помощи ребенку в процессе его воспитания и обучения детей.	Цикл занятий по формированию психологического здоровья «Смелый и уверенный ребенок»
Повысить уровень педагогической	Показать родителям значимость физического состояния для будущего	Родительская конференция «Физ-

компетентности родителей по приобщению детей к здоровому образу жизни.	жизнеутверждения, для развития нравственных качеств и душевных сил. Развивать интерес к занятиям по физической культуре. Поддерживать желание родителей видеть ребенка физически-совершенным: развитым, здоровым, активным.	культура и здоровье ребенка»
Формировать у детей представление о спорте как одном из составляющих здоровья.	Развивать у детей представление о различных видах спорта, о роли спортивных упражнений в укреплении здоровья. Воспитывать желание к активным занятиям спортом.	Конкурс рисунков «Спорт – это здоровье»
Формировать у детей представление о здоровом образе жизни через подвижные и спортивные игры	Донести до сознания детей, что спорт играет огромную роль в жизни человека. Познакомить детей с русскими народными подвижными играми и различными видами спорта. Поддерживать интерес к событиям физкультурной и спортивной жизни. Формировать устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны.	Открытие мини-музея «Спорт – это здоровье»
Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований ДООУ и семьи в вопросах здоровья детей	-ориентация семьи на воспитание здорового ребенка -формирование у родителей теоретических знаний и выработка потребности следовать здоровому образу жизни. -Вызвать интерес к спортивным играм, желание заниматься спортом	Нетрадиционное родительское собрание в форме
Повысить уровень педагогической компетентности родителей по приобщению детей к здоровому образу жизни.	Формировать у родителей чувство ответственности за сохранение и укрепление здоровья ребенка. Формировать представление о режиме, об активности и отдыхе. Учить укреплять и сохранять свое здоровье и здоровье своих детей.	Нетрадиционное родительское
Формировать представление и роли спорта в сохранении и укреплении здоровья человека.	Формировать представления о здоровом образе жизни. Развивать познавательные способности детей. Знакомить с различными видами спортивных игр. Развитие творческого мышления и воображения. Формировать у детей представление о музее	Открытие мини-музея «Музей спорта»
Приобщать детей к спорту и здоровому образу жизни	Укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию и повышению работоспособности. Развитие двигательных умений и навыков. Дать детям возможность проявить большую активность,	Спортивные соревнования «Мы мороза не боимся»

	самостоятельность и инициативу в действия. Учить ориентироваться в пространстве и целенаправленно действовать в нем. Воспитывать дружелюбие, умение действовать сообща.	
Воспитывать у детей сознательное отношение к своему здоровью»	Учить детей понимать и оценивать характер и поступки героев. Прививать детям желание делать зарядку. Углублять знания детей о необходимости витаминов, которые содержатся в овощах. Эмоционально воспринимать содержание сказки	Драматизация сказки «Репка»
Формировать у всех участников педагогического процесса осознанное отношение к своему здоровью..	Формировать у детей потребность быть здоровым, знания о значении, питания, сна, культурно-гигиенических правил, спортивных упражнений и т. д. в сохранении здоровья.	Смотр-конкурс уголков здоровья в группах
Расширять представление детей о месте человека в природе. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни	Познакомить детей с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Развивать интерес к спортивным играм, упражнениям, воспитывать потребность в двигательной активности. Знакомить детей с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.	Досуг «Путешествие в страну Здоровья»
Формировать у детей активную жизненную позицию	Формирование у детей представления о роли активного отдыха в укреплении здоровья. Распространение положительного опыта семейного воспитания. Валеологическое просвещение родителей. Вовлечение родителей в воспитательно-образовательный процесс.	Выставка газет «К здоровью вместе с мамой и папой» (активный отдых в выходные дни)
Приобщать детей к спорту и здоровому образу жизни	Способствовать созданию радостного настроения, позитивного отношения к спорту. Развивать ловкость детей и силу. Развивать у детей представление о различных видах спорта. Воспитывать у детей привычку к ежедневным занятиям физическими	Спортивный праздник «Олимпийские игры»

	упражнениями как потребности в физическом совершенстве.	
формировать представление о здоровом образе жизни, вызывать эмоционально-положительные отношения к играм, к спортивным упражнениям и соревнованиям, к занятиям спортом	Способствовать сохранению и укреплению здоровья детей. Формировать двигательную активность детей. Настраивать детей на активную совместную деятельность. Воспитывать коллективизм, доброту.	Спортивный праздник “Спорт нам нужен, мы со здоровьем дружим!” (с участием родителей)
Формировать у детей представления о здоровье как одной из главных ценностей жизни	Воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье. Формировать представление, о том, что полезно и что вредно для организма.	Конкурс детских альбомов «Здоровый образ жизни»