**План мероприятий, посвящённый ВСЕМИРНОМУ ДНЮ ЗДОРОВЬЯ**

**в МБДОУ «Детский сад №4 «Родничок»**

**07 апреля 2023 г.**

**Цель:** Создать условия для формирования культуры здорового образа жизни, сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей.

**Задачи:**

1.Приобщить детей и их родителей к здоровому образу жизни.

2.Продолжать систематизировать знания детей о своем организме, о правилах ЗОЖ;

3.Развивать познавательную и двигательную активность дошкольников;

4.Способствовать формированию потребности здорового образа жизни,

ответственного отношения к своему здоровью;

5.Вызывать интерес к спорту и туризму, физическим упражнениям.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание работы** | **Группа** | **Ответственный** |
| **I. Работа с педагогами** | | | |
| **1.1.** | Консультация для педагогов:  - «Основные принципы формирования здорового образа жизни дошкольников»;  -«Современные подходы к обеспечению физического развития ребенка»;  - «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»  Смотр–конкурс «Нетрадиционное физкультурное оборудование»;  Подготовка методических материалов (консультаций; сценариев спортивных досугов, праздников); | Все возрастные группы | З/з по ВМР,  старший воспитатель |
| **II. Работа с детьми** | | | |
| **2.1.** | **Беседы с детьми** | | |
|  | «Мои помощники»;  «Друзья Мойдодыра»;  «Витаминки растут на грядке»;  «В гостях у Айболита»;  «Если хочешь быть здоров»;  «Для чего нужна зарядка»  «Полезная и вредная пища»;  «Травма: как её избежать?» | Младшие группы  Средние группы  Старшие группы  Подготовительные группы | Медицинская сестра,  воспитатели групп |
| **2.2.** | **НОД** | | |
|  | - «Добрый доктор Айболит в гостях у детей»  - «Купание куклы Маши»  - «Зачем нужен сон?»  «Полезная и вредная пища»  - «Полезные и вредные привычки»;  - «Витамины – защитники организма».  Интерактивное занятие  «Твоё здоровье в твоих руках»;  Игра – беседа «Я расту и развиваюсь» | Младшие группы  Средние группы  Старшие,  Подготовительные группы | Воспитатели групп |
| **2.3.** | **Чтение художественной литературы** | | |
|  | -С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала»;  -К. Чуковский «Доктор Айболит», «Мойдодыр»;  -А. Барто «Девочка чумазая»;  Чтение и разучивание с детьми потешек, сопровождающих режимные моменты.  -А. Анпилов «Зубки заболели»;  -К.Чуковский «Федорино горе»;  -Л. Воронкова «Маша-растеряша»;  -З. Александровой «Что взяла, клади на место»;  -С Михалков «Прогулка»;  -С.Михалков «Прививка», «Как медведь трубку нашёл», «Грипп», «Ангина», « Тридцать шесть и пять»;  -Э. Керра «О пользе спорта и физкультуры»;  -Г.Зайцев «Приятного аппетита», «Крепкие, крепкие зубы»;  -И.Семенов «Как стать Неболейкой»;  -М. Витковская «О том, как мальчуган здоровье закалял»;  -Г. Шалаева « Не ешь незнакомые ягоды в лесу», Большая книга правил поведения для воспитанных детей. | Младшие группы  Средние группы  Старшие,  Подготовительные группы | Воспитатели групп |
| **2.4** | **Просмотр видеоматериалов и электронных презентаций** | | |
| **2.4.1.** | **Презентации:**  «Всё о витаминах»;  «Всё о здоровом образе жизни»;  «Вред и польза жевательной резинки»; | Все возрастные группы | Воспитатели групп |
| **2.4.2.** | **Просмотр мультфильмов:**  - «Смешарики. Азбука здоровья»;  - «Три кота» (серии об отдыхе);  - «Доктор Айболит»  - «Фиксики. Витамины. Микробы»;  - «Мойдодыр»;  - «Королева Зубная щетка»;  - «Барбоскины. В здоровом теле здоровый дух»;  «Обучающий мультик ЗОЖ для детей. Спортландия» | Все возрастные группы | Воспитатели групп |
| **2.5.** | **Организация и проведение игр в совместной деятельности с детьми** | | |
| 2.5.1. | Дидактические игры:  -«Оденем куклу на прогулку»;  - «Поможем Мойдодыру»  - «Правила гигиены»;  - «Найди пару»;  - «Что такое хорошо, что такое плохо»;  - «Полезная и вредная еда»  - «Виды спорта»;  - «Пищевое лото»;  - «Опасно – не опасно»;  - «Полезные и вредные привычки»;  - «Что забыл нарисовать художник?»; | Младшие группы  Средние группы  Старшие группы  Подготовительные группы | Воспитатели групп |
| **2.5.2.** | **Сюжетно – ролевые игры:**  « Семья»;  «Поликлиника»;  «Аптека»;  «Космическое путешествие»;  «Центр Здоровья»; | Все возрастные группы | Воспитатели групп |
| **2.5.3.** | **Двигательная деятельность**  - Двигательная активность на прогулке:  подвижные игры, спортивные игры, основные виды движений;  - Двигательная активность в помещении:  физкультурные занятия, утренняя гимнастика,  корригирующая гимнастика после сна.  - Оздоровительные игры на свежем воздухе в  период летних каникул:  «Мы дружим с физкультурой»  -Закрепление алгоритма мытья рук:  игровое упражнение «Как мы моем ладошки» | Все возрастные группы | Воспитатели групп, инструктор по ФК |
| **2.6.** | **Спортивные праздники:** | | |
| 2.6.1. | **Праздники, недели, день:**  -День Здоровья | Все возрастные группы | Инструктор по ФК,  музыкальные руководители |
| **2.6.2.** | **Досуги, развлечения:**  «Праздник мяча»  -Спортивно – развлекательная игра «Здоровячок» | Младшие, средние группы  Старшие,  Подготовительные группы | Инструктор по ФК,  музыкальные руководители |
| **2.7** | **Экскурсии, походы** | | |
|  | - Экскурсия в медицинский кабинет;  - Игра – путешествие «Тропинка здоровья» | Все возрастные группы | Медицинская сестра,  воспитатели групп |
| **2.8** | **Проектная деятельность** | | |
|  | «Чистые ладошки»  «Жалобная книга природы» | Все возрастные группы | Воспитатели групп |
| **2.9** | **Продуктивная деятельность** | | |
|  | -Выставка рисунков «Мы любим спорт»  -Аппликация: «Овощи и фрукты – полезные продукты»  - Рисование: «Микробы на руках» | Все возрастные группы | Воспитатели групп |
| **2.10** | **Трудовая и познавательно-исследовательская деятельность** | | |
|  | «Выращиваем витамины» (Огород на окне) | Все возрастные группы | Воспитатели групп |
| **2.11** | **Закаливающие мероприятия** | | |
|  | -ежедневно-утренняя гимнастика;  -дыхательная гимнастика;  -умывание прохладной водой;  -воздушные ванны после дневного сна;  -гимнастика после дневного сна;  -хождение босиком по коврикам-массажерам;  -прогулки и подвижные игры на свежем воздухе. | Все возрастные группы | Медицинская сестра,  воспитатели групп, инструктор по ФК |
| **III. Взаимодействие с родителями:** | | | |
| **3.1**. | * Консультации:   -«Вредные привычки у родителей и влияние их на ребёнка»;  -«Формирование у ребёнка правильной осанки»;  -«Закаливание – путь к здоровью»;   * Папка передвижка:   -«Здоровый образ жизни семьи»,  -«Витамины и правильное питание детей»;   * Родительская почта:   -Памятка для родителей «Как приучить ребенка к здоровой пище»;  -Рекомендации для родителей по профилактике и коррекции пищевого поведения у детей;  -Экологический субботник (прогулочный участок) «Чистота - залог здоровья». | Все возрастные группы | З З/з по ВМР,  старший воспитатель,  медицинская сестра,  воспитатели групп |
| **IV. Взаимодействие с социальными партнёрами:** | | | |
| **4.1.** | -Встреча с библиотекарем МБУК «ЦБС» Красногвардейского района «День здоровья» | Подготовительные группы | З/з по ВМР,  старший воспитатель |

**Практические материалы**

**Темы для бесед с детьми:**

* «Что такое режим дня и из чего он состоит?»
* «Чтобы здоровым быть всегда, нужно закаляться»
* «Гигиена тела»
* «Гигиена полости рта»
* «Грязные руки грозят бедой»
* «Береги зрение с детства»
* «Чтобы зубы не болели»
* «Движение вместо лекарств»
* «О полезных и вредных привычках»
* «Почему люди болеют»
* «Почему случаются травмы»
* «Полезные и вредные продукты»
* «Растения, которые лечат»
* «Где живут витамины»
* «Врачи наши помощники»

**Сюжетно-ролевые игры:** «Больница», «Поликлиника», «Аптека», «Травмпункт», «Вылечим куклу», «Мишка заболел», «Научим куклу мыть руки», «Доктор Айболит в гостях у ребят».

**Литература для детей:**

1. Барто А. «Грипп», «Прививка»
2. Кан Е. «Наша зарядка»
3. Крылов А. «Как лечили петуха»
4. Кузнецова А. «Кто умеет»
5. Маяковский В. "Что такое хорошо и что такое плохо"
6. Михалков С. «Про девочку, которая плохо кушала», «Прививка», «Про мимозу», «Не спать», «Прогулка», «У меня опять 36, 5», «Чудесные таблетки», «Овощи», «Грипп».
7. Мошковская Э. «Нос умойся»
8. Найдёнова Н. «Наши полотенца»
9. Остер Г. «Петька - микроб»
10. Сэф Р. «Мыло»
11. Токмакова И. "Мне грустно - я лежу больной", «Гном»
12. Успенский Э. "Дети, которые плохо едят в детском саду"
13. Чуковский К.И. "Айболит", "Мойдодыр"
14. Яснов М. «Я мою руки».

**Пословицы и поговорки о здоровье**

* Береги платье снову, а здоровье смолоду.
* Быстрого и ловкого болезнь не догонит.
* Смех - здоровье души
* Чистая вода - для хвори беда
* Чаще мойся, воды не бойся
* Здоровые зубы - здоровью любы
* Чистота - залог здоровья
* Сон лучше всякого лекарства
* Лук - здоровью друг
* Ешь правильно - и лекарств не надобно
* Сахар зубы разрушает, а морковь укрепляет
* Репка, яблоко, морковка - зубкам нашим тренировка
* Обед без овощей, что праздник без музыки
* Чеснок да лук от семи недуг
* Движение - спутник здоровья
* В здоровом теле - здоровый дух
* Здоровье дороже денег

**Загадки**

Ускользает как живое,  
Но не выпущу его я.  
Белой пеной пенится,  
Руки мыть не ленится.  
*(Мыло)*

По утрам и вечерам  
Чистит-чистит зубы нам,  
А днём отдыхает,  
В стаканчике скучает.  
*(Зубная щетка)*

Чтобы волосы блестели  
И красивый вид имели,  
Чтоб сверкали чистотой,  
Мною их скорей помой.  
*(Шампунь)*

Хожу, брожу не по лесам,  
А по усам да волосам.  
И зубы у меня длинней,  
Чем у волков и у мышей.  
*(Расческа)*

Лёг в карман и караулю  
Плаксу и грязнулю,  
Вытру им потоки слёз  
И сопливый вытру нос.  
*(Носовой платок)*

Вафельное и полосатое,  
Ворсистое и мохнатое,  
Всегда под рукою -  
Что это такое?  
*(Полотенце)*

**Мультфильмы о спорте и здоровье:**

* «Как здоровье, братец Лис»
* «Мойдодыр»
* «Королева Зубная щетка»
* «Смешарики» из цикла «Азбука здоровья»:«Скажи микробам «НЕТ», «Кому нужна зарядка», «Экономия времени», «Личная гигиена», «Здорово быть здоровым», «Распорядок»
* «Грязнуля». Уроки тетушки Совы. Мудрые сказки.
* «Матч-реванш»
* «Метеор на ринге»
* «Неженка»
* «Необыкновенный матч»
* «Отважные альпинисты»
* «Приходи на каток»
* «Снежные дорожки»
* «Старые знакомые»
* «Талант и поклоники»
* «Грязнуля». Уроки тетушки Совы. Мудрые сказки.