МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №1 «КОСМОС» ГОРОДА ЕВПАТОРИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ» (МБДОУ «ДС №1 «КОСМОС»)

ПРИНЯТО
На педагогическом совете
МБДОУ «ДС № 1 «Космос»
Протокол № 3 от 28.08.2025г.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МБДОУ «ДС № 1 «Космос»
Г.Н. Клещевич
Приказ № 167/01-11 от 28.08.2025г

Клещевич Галина Николаевна

Подписано цифровой подписью: КЛЕЩЕВИЧ ГАЛИНА НИКОЛАЕВНА
DN: c=RU, st=Республика Крым, l=г. Евпатория, title=Заведующий, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД №1 "КОСМОС" ГОРОДА ЕВПАТОРИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ", 1.2.643.100.3=120B313834303031373333733338, 1.2.643.3.131.1.1=120C393131303139353837393030, email=buh09_mky@bk.ru, givenName=ГАЛИНА НИКОЛАЕВНА, sn=КЛЕЩЕВИЧ, cn=КЛЕЩЕВИЧ ГАЛИНА НИКОЛАЕВНА

План работы по популяризации ЗОЖ на 2025 – 2026 учебный год

2025г.

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

Задачи:
Для детей:

- Углублять знания детей о факторах, влияющих на состояние своего здоровья и
- окружающих
- Воспитывать привычку и потребность в здоровом образе жизни
- Вызвать интерес к спорту и физическим упражнениям.

Для родителей:

- Дать представление родителям о значимости совместной двигательной
- деятельности с детьми;
- Расширять знания родителей о физических умениях и навыках детей;
- Способствовать созданию активной позиции родителей в совместной
- оздоровительной деятельности в ДОО;
- Заинтересовать родителей в укреплении здорового образа жизни в семье.

Для педагогов:

- Разработать план мероприятий по проекту «Мы за здоровый образ жизни!»
- Создать предметно – развивающую среду по данной проблеме в группе;
- Подобрать наглядный информационный материал.

Предполагаемые результаты:

- приобретѐнные навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни,
- полученные ребѐнком знания и представления о себе, о своѐм здоровье и двигательной активности позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья,
- информация и практический опыт помогут родителям увидеть и лучше узнать работу ДОО по физическому воспитанию,
- родители получат необходимые теоретические знания об уровне физического развития своих детей.

Формы работы с детьми :
1. проведение физкультурных занятий на свежем воздухе во время прогулок;
2. проведение утренних гимнастик;
3. проведение гимнастик после сна в сочетании с воздушными ваннами;
4. проведение гимнастики для глаз;
5. хождение по массажным коврикам;
6. проведение дыхательной гимнастики;
7. физминутки и данамические паузы на занятиях.

№/п	Наименование мероприятий	Срок исполнения	Ожидаемый результат
1	1.Размещение в уголках для родителей информационно-наглядного материала о здоровом образе жизни: - Выставка «Совместные игры для детей и взрослых»; - Стенд «Ваше здоровье в ваших руках»; - Папка-передвижка «Значение правильного питания дошкольников». 3.Консультации медицинской сестры и	В течение уч. года	Пропаганда здорового образа жизни. Консультирование и наглядная информация о здоровом образе жизни, об организации правильного питания детей, активного отдыха. Профилактика заболеваний, сохранения здоровья. Повышение педагогической грамотности родителей о ЗОЖ.

	инструктора по физической культуре «Пути формирования у дошкольников основ здорового образа жизни», «О пользе витаминов».		
2.	1.Осуществления контроля состояния и содержания территории и помещений, оборудования требованиям санитарных правил и пожарной безопасности. 2. Контроль санитарного состояния пищеблока и складских помещений. 3. Бракераж готовых блюд. 4. Оснащение спортивного зала спортивным оборудованием в соответствии с требованиями санитарных правил. 5. Контроль над соблюдением воздушно-теплового режима и освещенности помещений, задействованных в образовательном процессе. 6. Обеспечение медкабинета перевязочным материалом, медикаментами, мединструментами. 7. Контроль работы рециркуляторов воздуха и кварцевых ламп. 8. Смотр санитарно-гигиенического состояния групповых помещений. 9. Приобретение оборудования для спорт зала.	В течение уч. года	Соответствие инфраструктуры учреждения условиям здоровьесбережения воспитанников Охрана здоровья воспитанников
3	1.Осуществление контроля за соблюдением здоровьесберегающего режима при организации учебно-воспитательного процесса (дозирование образовательной нагрузки, проведение утренней зарядки, динамических пауз и физминуток). 2.Использование методов обучения и воспитания, педагогических технологий в соответствии с возрастными возможностями воспитанников 3. Контроль за соблюдением режима дня воспитанников (проведение прогулок, спортивных досугов и т.д.). 4.Обеспечение индивидуального подхода при проведении занятий 5.Подбор мебели в соответствии с возрастом детей.		Организация воспитательно-образовательного процесса
4	***Консультация для педагогов :*** «Здоровьесберегающие технологии в учреждении дошкольного образования»	Сентябрь 2025г.	Повышение компетентности педагогов в вопросах ЗОЖ через совместную деятельность с детьми.

	Презентация для педагогов «Быть здоровым - значит быть успешным»	Апрель 2026г.	Укрепление здоровья и развитие физических качеств.
5	Распространение родителям воспитанников памяток, буклетов о здоровом образе жизни «Я за здоровый образ жизни» «О пользе витаминов»	Октябрь 2025. февраль 2026г.	Расширение представлений о здоровом образе жизни у родителей воспитанников. Повышение педагогической грамотности родителей о ЗОЖ.
6	Выставка совместных рисунков «Мы спортивная семья» «Мы со спортом крепко дружим»	Ноябрь 2025 Январь 2026	Пропаганда и пробуждение интереса к здоровому образу жизни.
7	**Спортивные праздники** к 23 февраля «Будем сильными, как папа»-старшие группы «Рыцарский турнир» - подготовительные группы ***Конкурс семейных газет*** «Здоровым быть - здорово!»	Февраль 2026 Апрель 2026	Повышение компетентности родителей в вопросах ЗОЖ через совместную деятельность с детьми. Повышение двигательной активности, укрепление здоровья и развитие физических качеств.
8	Зимний спортивно-музыкальный праздник «Масленица»	Март 2026	Организация досуга семей и детей. Приобщение детей и родителей к совместной деятельности. Повышение компетентности родителей в вопросах ЗОЖ через совместную деятельность с детьми.
9	Игровая программа «Мы здоровыми растем»	Октябрь 2025	Пропаганда здорового образа жизни. Приобщение детей и родителей к совместной деятельности. Представление опыта работы ДОУ по формированию здорового образа жизни у детей в ДОУ. Организация досуга семей и детей.
10	Оформление наглядной информации о здоровом образе жизни: - Выставка «Азбука здоровья»; - Стенд «Растим здорового малыша»; - Папка-передвижка «За здоровый образ жизни в семье». 3.Консультации медицинской сестры и инструктора по физической культуре «Физическое и психологическое здоровье детей», «Закаливание ребенка в условиях ДОУ и семьи», «Основы детского питания»	В течение года	Пропаганда здорового образа жизни. Консультирование и наглядная информация о здоровом образе жизни. Расширение представлений о здоровом образе жизни у родителей воспитанников. Повышение педагогической грамотности родителей о ЗОЖ.

11	***Организация выставки коллажей:*** «Витамины и их польза» ***Консультация***: «Профилактика инфекционных заболеваний»	Январь 2026	Повышение педагогической грамотности родителей о ЗОЖ. Активизация деятельности родителей и педагогов детского сада по формированию основ ЗОЖ у дошкольников.
12	***Выставка*** в методическом кабинете литературы «Летнее оздоровление детей в условиях дошкольного учреждения» ***Памятка:*** «Правила закаливания. Правила поведения у воды» ***Проведение позитив-акций*** «Улыбнись мне», «Обними меня».	май 2026	Формирование осознанного, ценностного отношения к здоровью у детей и родителей, повышение мотивации к ЗОЖ
13	Семейное спортивно-музыкальное мероприятие «Здоровая семья – здоровый ребенок»	Июнь 2026	Пропаганда здорового образа жизни. Повышение компетентности родителей в вопросах ЗОЖ через совместную деятельность с детьми. Сплочение семьи между собой и со своими детьми.
14	Фотовыставка «Папа, мама, я – спортивная семья»	Июль 2026	Формирование основ здорового образа жизни семей ДОУ. Популяризация здорового образа жизни.
15	Дни здоровья в каждой группе Реализация проектов оздоровительной направленности. Беседы с детьми: «В стране здоровой пищи» «Путешествие в городок Гигиена» «Жить здорово» «Витамины- наши друзья» «Где прячется здоровье?» «Я и моё здоровье» «Гигиена – это здоровье» «Лук – здоровью друг» « Я здоровье берегу, сам себя я помогу»	В течение года	Формирование основ здорового образа жизни семей ДОУ. Популяризация здорового образа жизни.