Согласовано на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от 31.08.2022 г.

МКДОУ Д/С № 8

Подписано цифровой подписью: МКДОУ Д/С № 8
Дата: 2022.10.19 14:07:41 +08'00'

«Утверждено»
Заведующий _____Е.И.Бутарова
Приказ № 92 – ОД от 31.08.2022 г.

План работы по совершенствованию условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников, формированию у детей представления о здоровом образе жизни и основах безопасности жизнедеятельности через все виды детской деятельности в МКДОУ д/с № 8

Основные направления работы

Блоки	Цель	Задачи
Здоровье	Охрана здоровья детей и формирование основ культуры здоровья	- формирование целостного понимания здорового образа жизни; - создание правильных представлений о здоровом образе жизни; - обучение детей чувствованию и ощущению здорового образа жизни как неотъемлемой части существования; - использование в процессе приобщения детей к здоровому образу жизни приемов интеграции разных видов деятельности.
Физическая культура	Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие	- развитие физических качеств (скорость, сила, гибкость, выносливость, координация); - накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); - формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
Безопасность	Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности	- формировать представления и освоение способов безопасного поведения; - формировать целостную картину мира и расширение кругозора в части представлений о возможных опасностях, способах их избегания, способах сохранения здоровья и жизни, безопасности окружающей природы; - развивать навыки свободного общения с взрослыми и детьми в процессе освоения способов безопасного поведения, способов оказания самопомощи, помощи другим, правил поведения в стандартных опасных ситуациях и др.

Взаимодействие с родителями	Формирование позитивной установки семьи дошкольников на основе ЗОЖ.	- знакомить родителей с работой ДОУ по формированию у детей дошкольного возраста основ безопасности жизнедеятельности; - повышать уровень знаний родителей по формированию у детей дошкольного возраста основ безопасности жизнедеятельности; - воспитывать у родителей ответственность за сохранение здоровья и безопасность детей, их эмоциональное благополучие; - активизировать воспитательные возможности родителей; - закреплять и расширять представления родителей о способах сохранения и укрепления здоровья; - в союзе с родителями реализовать комплексный подход к формированию здорового образа жизни, сохранять и укреплять здоровье детей.
Сетевое взаимодействие	Формирование здорового образа жизни в рамках образовательной деятельности на территории «МКДОУ д/с № 8», а также участие в совместных профилактических мероприятиях	- создать благоприятные возможности для обогащения деятельности по развитию опыта физкультурно-оздоровительной и здоровьеформирующей деятельности**;** -расширить спектр возможностей по осуществлению сотрудничества с социокультурными учреждениями в рамках здоровьесберегающих технологий.

Блок 1 «Здоровье»

1.1 Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

№ п\п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный
1	Анализ состояния здоровья детей	Распределение их по подгруппам здоровья	август, апрель	Медицинская сестра по согласованию с ОГБУЗ РБ г. Бодайбо «Амбулатория п. Мамакан»
		Оценка эффективности оздоровительных мероприятий	Конец августа	Старший воспитатель. Воспитатели
2	Использование воздушных ванн	Гимнастика и подвижные игры в облегчённой одежде	В течение года	Воспитатели
3	Использование солнечных ванн	Пребывание детей на солнце в облегченной одежде, панамах, в процессе игр малой подвижности, а также	Летний период	Воспитатели

		игр с водой и песком		
4	Использование закаливания водой	Дидактическое упражнение для умывания «Водичка, водичка» Дидактическое упражнение для обливания ног прохладной водой «Ножки чисто мы помоем»	В течение года летний период	Воспитатели
5	Использование босохождение	Комплексы упражнений	Летний период	Воспитатели
6	Осуществление контроля за выработкой правильной осанки	Дидактические упражнения	В течение года	Воспитатели Муз. руководитель
7	Обеспечивать оптимальную двигательную активность детей в течение дня.	Утренняя гимнастика и гимнастика после сна Подвижные, спортивные и народные игры Динамические паузы и физкультминутки	В течение года	Воспитатели Муз. руководитель

1.2 Воспитание культурно - гигиенических навыков

№ п\п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный
1	Воспитывать привычку ухаживать за чистотой своего тела, самостоятельно умываться, мыть руки с мылом	Дидактическое упражнение «Надо, надо умываться» НОД по ЗОЖ Дидактические упражнения Чтение художественной литературы Просмотр мультфильма «Мойдодыр» Беседа «Сколькими способами можно очистить кожу» Разучивание отрывка из стихотворения В.В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо» Дидактическая игра «Как умываются животные»	Ежедневно	Воспитатели
2	Воспитывать привычку самостоятельно одеваться, следить за своим внешним видом.	Дидактическое упражнение «Я умею одеваться» Занятия по ЗОЖ Дидактическая игра «Оденем куклу на прогулку» Дидактическая игра «Что перепутал художник» Сюжетно-ролевая игра «Прачечная», «Салон Красоты»	В течение года	Воспитатели

3	Формирование навыков культурного приёма пищи	Дидактическое упражнение «Учимся аккуратно кушать» Дидактическое упражнение «Поможем кукле накрыть стол к приходу гостей» Дежурство по столовой Сюжетно-ролевая игра «Кафе» Дидактическая игра «Столовые приборы и их назначение»	В течение года	Воспитатели

1.3 Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

№ п\п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный
1	Знакомство детей с частями тела человека	НОД по ЗОЖ Беседа «Как органы человека помогают друг другу» Дидактическая игра «Что для чего нужно» Дидактическая игра «Покажи, что назову» Дидактическая игра «Чтобы глаза, уши, зубы были здоровыми»	В соответствии с календарно-тематическим планированием	Воспитатели
2	Воспитание потребности в соблюдении режима питания, употребления в пищу полезных продуктов	НОД по ЗОЖ Подвижная игра «Полезные продукты» Подвижная игра «Повара» Разучивание стихотворения «Кто скорее допьёт» П. Воронько Дидактическая игра «Угадай по вкусу» Дидактическая игра «Волшебный мешочек» Чтение стихотворения «Маша обедает» П. Воронько	В течение года	Воспитатели Муз. руководитель

3	Формирование представлений о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания	Занятия по ЗОЖ. Музыкально-ритмическая игра «Все ребята любят мыться». Дидактическая игра «Что вредно, что полезно» Беседа «Как готовиться ко сну» Чтение «Сказки о глупом мышонке» С.Я. Маршака. Дидактическая игра «Чтобы кожа была здоровой» Создание альбома «Кто с закалкой дружит – никогда не тужит» Физкультурные досуги.	В течение года	Воспитатели Муз. руководитель
4	Знакомство с понятиями «здоровье», «болезнь»	Занятия по ЗОЖ. Игра по ТРИЗ «Что будет, если…» Досуг «Осторожно микробы» Чтение стихотворения «Прививка» С. Михалкова. Беседа «Откуда берутся болезни» Чтение стихотворения «Воспаление хитрости» А. Милна.	В соответствии с календарно - тематическим планом	Воспитатели
5	Формирование умения оказывать себе элементарную первую медицинскую помощь	Занятия по ЗОЖ. Беседа «Если ты заболел» Дидактическая игра «Лекарства под ногами» Кроссворд «Зелёная аптека» Сюжетно – ролевые игры «Поликлиника» и «Аптека» Инсценировка отрывка стихотворения К.И. Чуковского «Айболит» Дидактическая игра «Какому врачу, что нужно» Беседа «Лекарства – друзья, лекарства враги»	В течение года	Воспитатели
6	Формирование представлений о значении физических упражнений для организма человека	Занятия по ЗОЖ Разучивание физминутки «Спорт-здоровье» Музыкально-ритмические движения «Зверобика» Чтение сказки «Зарядка и Простуда» Рассматривание альбома «В здоровом теле – здоровый дух» Спортивный досуг «Путешествие в Спортландию»	В течение года	Воспитатели Муз. руководитель

Блок 2 «Физическая культура»

2.1 Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации)

№ п\п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный
1	Формирование правильной осанки	Упражнения на гимнастической скамейке Подвижная игра «Пройди – не урони» Упражнения на турнике и шведской стенке Игровые задания	В соответствии календарным планом	Воспитатели
2	Формирование умения перестраиваться на месте и во время движения	Занятия по физической культуре Занятия по музыке Утренняя гимнастика Музыкально-ритмические движения Игры-эстафеты Хореографический кружок «Топотушки»	В соответствии календарным планом	Воспитатели Муз. руководитель
3	Развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости	Занятия по физической культуре Подвижные, спортивные и народные игры Игровые упражнения Оздоровительный бег Пешие прогулки (простейший туризм)	В соответствии с календарным планом	Воспитатели Муз. руководитель
4	Развитие координации движений и ориентировки в пространстве	Занятия по физической культуре Занятия по музыке Занятия хореографического кружка «Топотушки» Музыкально-ритмические движения Физкультминутки Динамические паузы Подвижные игры	В соответствии с перспективными планами работы	Воспитатели Муз. руководитель
5	Развития умения прыгать в длину, в высоту, с разбега	Занятия по физической культуре Игровые упражнения Игровые задания	В соответствии с перспективным планом работы	Воспитатели

6	Формирование умения кататься на велосипеде, самокате	Игровые упражнения Игровые задания Самостоятельная двигательная активность на прогулке Спортивный досуг на воздухе	Май — сентябрь	Воспитатели
7	Формирование умения ползать, пролезать, подлизать, перелазить через предметы	Занятия по физической культуре Игры-эстафеты Игровые упражнения Спортивные праздники и досуги. Игровые задания	В соответствии с перспективным планом работы	Воспитатели
8	Формирование умений в ловле и передаче мяча	Занятия по физической культуре Спортивные игры Игровые упражнения Подвижные и народные игры Спортивные досуги	В соответствии с перспективным планом работы	Воспитатели
9	Развитие активности детей в играх со скакалками, обручами и другим спортивным инвентарём	Занятия по физической культуре Утренняя гимнастика Самостоятельная двигательная активность детей в группе и на прогулке Музыкально-ритмические движения Подвижные игры. Спортивные досуги и праздники	В течение года	Воспитатели
10	Мониторинг физического развития и физической подготовленности детей	Оценка физического развития Оценка физической подготовленности	Октябрь, апрель	Воспитатели, старший воспитатель

2.2 Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

№ п\п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный

1	Воспитание желания выполнять физические упражнения на прогулке	Ходьба по оздоровительным дорожкам. упражнения на спортивно – игровом оборудовании. Спортивные игры на улице, в физкультурном зале Спортивные досуги на воздухе, в физкультурном зале	Ежедневно В соответствии с календарным планированием	Воспитатели
2	Развитие умения играть в игры, способствующие совершенствованию основных движений (ходьба, бег, бросание, катание)	Спортивные, подвижные, народные игры Игры – эстафеты Спортивные соревнования	В течение года	Воспитатели
3	Формирование выразительности движений, умение передавать действия некоторых персонажей, животных	Хороводные и народные игры Инсценировки стихотворений. Презентация для детей «Зверобика» Игры – импровизации	В соответствии с календарным планированием	Воспитатели Музруководитель
4	Развитие желания самостоятельно использовать спортивный инвентарь для организации игр	Экскурсия по физкультурному уголку группы Изготовление, украшение физкультурного оборудования совместно с детьми Игровые задания Сюжетные интегрированные занятия, с использованием физкультурного оборудования Музыкально – ритмические движения с лентами, султанчиками, платочками	В течение года	Воспитатели
5	Воспитание красоты, грациозности, выразительности движений	НОД по музыке Упражнения с лентами, платочками, султанчиками. Музыкально – ритмические движения Релаксация Презентации «Лёгкая атлетика», «Танцы народов мира»	В соответствии с календарным планированием, расписанием непрерывно образовательной деятельности	Воспитатели Муз. руководитель

Блок 3 «Приобщение к правилам безопасного поведения»

№ п\п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный
1	Осуществление контроля за соблюдением правил безопасного пребывания в детском саду	НОД по Безопасности Изготовление совместно с детьми знаков «Опасные предметы в нашей группе» Презентация «Опасные предметы» Анализ ситуаций	Ежедневно	Все сотрудники ДОУ, в соответствии с должностной инструкцией
2	Передача знаний о правилах дорожного движения	НОД по Безопасности Презентации «ПДД», «Когда мы пешеходы», «Безопасная дорога» Интервью с детьми «ПДД – наши верные друзья» Сюжетно – ролевые игры «Автобус», «Путешествие», «Шофер» Дидактические игры Конкурс рисунков и поделок. Экскурсия к дороге Досуги Чтение художественной литературы	В соответствии календарным планированием	Воспитатели Муз. работник

3	Передача знаний о правилах пожарной безопасности	НОД по Безопасности. Беседы Дидактические игры Сюжетно – ролевая игра «Пожарная часть» Анализ ситуаций Досуги Конкурс рисунков. Презентации «Лесные пожары» и «Опасные электроприборы» Инсценировка стихотворения «Кошкин дом» Чтение художественной литературы	В соответствии календарным планированием	Воспитатели Муз. руководитель
4	Формирование представлений о ядовитых ягодах, грибах и растениях	Занятия по Безопасности. Дидактические и подвижные игры Досуги Презентация «Грибы» Конкурс рисунков и поделок. Беседы Чтение художественной литературы	В соответствии календарным планированием	Воспитатели Муз. руководитель

Блок 4 «Организация работы по пропаганде здорового образа жизни с родителями»

№ п/п	Направления работы	Формы организации	Сроки	Ответственные
2	Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша. Помогать родителям, сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка.	Индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, информация на сайте ДОУ	В течение года	Воспитатели
3	Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литерату-	Создание библиотеки памяток,	В течение	Воспитатели

	ры, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов	информация на сайте ДОУ	года	Старший воспитатель
6	Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику; стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов	Оформление буклетов, памяток, информация на сайте ДОУ	В течение года	Воспитатели
7	Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.	Оформление соответствующего раздела в «Уголке для родителей», на родительских собраниях, информация на сайте ДОУ.	Постоянно	Воспитатели Старший воспитатель
8	Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности	Приглашение родителей на детские концерты и праздники, дни открытых дверей, лекции, семинары, семинары-практикумы, проведение мастер-классов, тренингов, информация на сайте ДОУ	В течение года	Воспитатели
9	Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом. Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе) Привлекать родителей к активному отдыху с детьми, расширяющему границы жизни дошкольников и формирующему навыки безопасного поведения во время отдыха. Помогать родителям, планировать	Спортивные праздники, соревнования, конкурсы, информация на сайте ДОУ	Постоянно	Воспитатели

	выходные дни с детьми, обдумывая проблемные ситуации, стимулирующие формирование моделей позитивного поведения в разных жизненных ситуациях.			
11	Информировать родителей о необходимости создания благоприятных и безопасных условий пребывания детей на улице (соблюдать технику безопасности во время игр и развлечений на каруселях, на качелях, на горке, в песочнице, во время катания на велосипеде, во время отдыха у водоема и т.д.). Рассказывать о необходимости создания безопасных условий пребывания детей дома (не держать в доступных для них местах лекарства, предметы бытовой химии, электрические приборы; содержать в порядке электрические розетки; не оставлять детей без присмотра в комнате, где открыты окна и балконы и т.д.). у водоема, в лесу…. Информировать родителей о том, что должны делать дети в случае непредвиденной ситуации (звать на помощь взрослых; называть свои фамилию и имя; при необходимости — фамилию, имя и отчество родителей, адрес и телефон; при необходимости звонить по телефонам экстренной помощи	Информационные стенды, памятки, презентации, информация на сайте ДОУ. Родительские собрания, консультации, буклеты, памятки, информация на сайте ДОУ	В течение года	Воспитатели

Блок 5 «Сетевое взаимодействие и взаимное сотрудничество»

5.1 Сетевое взаимодействие и взаимное сотрудничество с ОГБУЗ РБ г. Бодайбо «Амбулатория п. Мамакан»

№	Месяц	Тема	Мероприятия, осуществляемые ОГБУЗ РБ г. Бодайбо «Амбулатория п. Мамакан»	Мероприятия, осуществляемые МКДОУ д/с № 8
1	сентябрь	Профилактика ОРВИ и гриппа и COVID19	Предоставление видео-лекции, видео-ролика.	Трансляция Видеолекции, Видео-ролика
2	ноябрь	Урок здоровья «Здоровые дети - в здоровой семье»	Предоставление видео-лекции, видео-ролика, аудио-ролика	Трансляция Видеолекции, Видео-ролика
3	декабрь	Профилактики ОРВИ и гриппа и COVID19	Выпуск листовок о мерах личной профилактики ОРВИ и гриппа и COVID19.	Распространение листовок о мерах личной профилактики ОРВИ и гриппа и COVID19.
4	январь	Обзорные лекции «Простуде – нет!»	Беседы с родителями о мерах личной и общественной профилактики, необходимости своевременного обращения за медицинской помощью и вреде	Оформление стенда «Здоровый образ жизни» Трансляция мультфильмов по теме

			самолечения их детей.	
6	февраль	Уроки здоровья «Хотим, чтобы стало модным – здоровым быть и свободным!».	Помощь в организации и проведении интерактивной игры «Учится быть здоровым телом и душой»	Проведение интерактивной игры «Учится быть здоровым телом и душой»
7	март	Выставка рисунков «Быть здоровым – это модно!»	Участие в организации выставки рисунков «Быть здоровым – это модно!»	Организация и проведение выставки рисунков «Быть здоровым – это модно!»
8	апрель	Эстафеты «Будь готов!» «Скорей, не робей!»	Пропаганда физической активности и здорового питания	Проведение эстафет, подвижных игр на свежем воздухе
10	июнь июль август	Лекции на тему: «Профилактика травматизма», «Безопасное лето»	Предоставление видеороликов по профилактике травматизма, «Как уберечь себя от порезов, ушибов, переломов, перегревания на солнце, отравлений».	Демонстрация видеороликов по профилактике травматизма Проведение бесед на тему: «Безопасное лето»

5.2 Сетевое взаимодействие и взаимное сотрудничество с МКУ КДЦ г. Бодайбо и района ДЦ п. Мамакан

№	Месяц	Тема	Мероприятия, осуществляемые МКУ КДЦ г. Бодайбо и района ДЦ п. Мамакан	Мероприятия, осуществляемые МКДОУ д/с № 8
1	октябрь	Музыкально-физкультурный досуга «А ну-ка, мальчики, девочки!»	Подготовка и организация музыкально-физкультурный досуга	Проведение Музыкально-физкультурный досуга «А ну-ка, мальчики, девочки!»
2	декабрь	Соревнования по лыжам «Веселая лыжня»	Организация и подготовка соревнований по лыжам «Веселая лыжня»	Помощь в организации соревнований по лыжам «Веселая лыжня»
3	февраль	Конкурс рисунков «Хотим, чтобы стало модным – здоровым быть и свободным!».	Проведение и организация конкурса рисунков «Учится быть здоровым телом и душой»	Помощь в организации и проведении конкурса рисунков «Учится быть здоровым телом и душой»
4	март	Спортивно-фольклорный праздник «Как Зима	Организация и проведение спортивно-	Участие в спортивно-

		с Весной силой мерялись» (масленичные гуляния)	фольклорного праздника «Как Зима с Весной силой мерялись»	фольклорном празднике «Как Зима с Весной силой мерялись»
5	май	Физкультурно-оздоровительный досуг «Волшебный цветок здоровья»	Организация и проведение физкультурно-оздоровительный досуга «Волшебный цветок здоровья»	Помощь в организации и участие в физкультурно-оздоровительном досуге «Волшебный цветок здоровья»
6	июль	Физкультурный досуг на тему: «Путешествие в страну Здоровейка»	Организация и проведение физкультурный досуга на тему«Путешествие в страну Здоровейка»	Помощь в организации и участие в физкультурном досуге на тем у: «Путешествие в страну Здоровейка»