

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МКОУ «Глядковская СШ»  
\_\_\_\_\_/ М.Л.Казаева  
Приказ №91/6 от 31 августа 2022 г.

**ПЛАН КОМПЛЕКСНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В  
РАЗНОВОЗРАСТНОЙ ГРУППЕ**

### **План комплексно-оздоровительных мероприятий в разновозрастной группе**

Цель данного плана предполагает разностороннее и гармоничное развитие и воспитание ребенка, обеспечение его полноценного здоровья, формирование убеждений и привычки к здоровому образу жизни на основе валеологических знаний, развитие разнообразных двигательных и физических качеств, укрепление психического здоровья детей и обеспечение их психологической безопасности.

Задачи:

- Способствовать становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни;
- Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья;
- Способствовать развитию самостоятельности детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно-важных привычек;
- Развивать умение избегать опасных для здоровья ситуаций, обращаться за помощью взрослого в случае их возникновения;
- Развивать умение элементарно описывать своё самочувствие, умение привлечь внимание взрослого в случае неважного самочувствия, недомогания;
- Обеспечивать сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

Сентябрь

«Ребенок и здоровье» Формировать у детей представление о необходимости заботиться о собственном здоровье.

Беседа «Что такое ЗОЖ».

Чтение К. Чуковского «Доктор Айболит».

Консультация "Организация семейных прогулок"

Валеологическая газета " ВЗРОСЛЫМ О ДЕТЯХ"

Октябрь

«Тело человека» Познакомить детей с тем, как устроено тело человека, его организм.

Загадки о частях тела.

Пополнение картотеки по валеологии.

Валеологическая газета " ЗАЧЕМ ТЕБЕ СЕРДЦЕ"

Беседа «Тело человека»

Ноябрь

" Опасные предметы" Уточнить представления детей об источниках опасности в доме, о правилах пользования бытовой техникой.

Валеологическая газета " Береги глаза"

Рассматривание иллюстраций об опасных предметах.

Отгадывание загадок.

Чтение Маршака "Пожар"

Беседа с детьми " Опасные предметы"

Памятка для родителей " Какие опасности таит в себе наш дом"

Оформление папки - передвижки " Не оставляйте детей без присмотра", " Учим ребёнка правилам безопасности".

Декабрь

"Ребёнок на улицах города" Закреплять представления детей о важном значении правил дорожного движения.

Чтение Михалкова " Моя улица", Клименко " Зайка - велосипедист"

Анкета для родителей " Безопасность на дороге".

Занятие по ПДД.

Январь

"Личная гигиена" Прививать навыки аккуратности, опрятности и бережного отношения к вещам, навыки гигиены.

Отгадывание загадок.

Чтение Зайцев " Дружи с водой", Чуковский " Мойдодыр"

Валеологическая газета " Про зубы"

Беседа с детьми " Правила личной гигиены"

Консультация для родителей " Личная гигиена дошкольника"

Оформление уголка " Растим здорового ребёнка"

Февраль

"На зарядку становись!" Формировать устойчивый интерес к гимнастике и занятиям физкультурой; расширять и закреплять представления детей о пользе занятий спортом.

Памятка для родителей " Весёлая гимнастика"

отгадывание загадок

Папка передвижка " На зарядку становись"

Консультация для родителей " Роль разных видов гимнастик в здоровьесбережении"

Чтение сказки " Зарядка и простуда"

Март

"Полезные продукты" Закреплять представления детей о пользе для человека овощей и фруктов.

Загадки об овощах и фруктах

Чтение Зайцев " Приятного аппетита", Зильберг " Полезные продукты", Безруких "Разговор о правильном питании"

Памятка для родителей " В каких продуктах живут витамины"

беседа с детьми " Витаминная еда"

Оформление уголка для родителей" О Правильном питании и о пользе витаминов"

Апрель

"Врачи - наши помощники" Расширять представления детей о врачебной помощи, продолжать знакомить с профессией врача.

Отгадывание загадок о врачах

Беседа с детьми " Врачи - наши помощники"

оформление родительского уголка " Если ребёнок боится врачей"

Чтение: Е. Школовский «Как лечили мишку», «Осторожно - лекарство», «Как вести себя во время болезни»

Май

Игра "Что? Где? Когда?" Повторить и обобщить, расширить знания детей, полученные на предыдущих занятиях. Воспитывать чувство коллективизма.

Игра - эстафета " Полезные продукты"

Игра с мячом " Виды спорта"

Игра с мячом " Съедобное - несъедобное"

Рисование любимого героя из сказки " Айболит"

Игра " Кто что делает?" (о функциях разных органов)

Занятие по ОБЖ " Безопасность детям"