

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 36 «Теремок»

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ № 36 «Теремок»
Л.В. Федорова
Приказ № 35 от 04.04.2025 г.



**План мероприятий месячника на тему
«Здоровое начало жизни – залог благополучного будущего»**

Основные направления работы

Мероприятия месяца будут направлены на три ключевые области:

Формирование культуры питания и здоровое отношение к еде.

Привитие физической активности и любви к спорту.

Распространение гигиенических привычек и повышение осведомленности о профилактике заболеваний.

Образовательные блоки

Образовательные занятия

Каждую неделю педагоги проводят тематические занятия, направленные на освоение детьми необходимых понятий и навыков:

Неделя 1: **«Полезные продукты – полезное тело»**. О важности правильного питания, витаминах и минеральных веществах.

Неделя 2: **«Любовь к движению»**. Почему важно двигаться каждый день, заниматься спортом и играть активно?

Неделя 3: **«Хорошее настроение начинается с гигиены»**. Зачем мыть руки перед едой, чистить зубы утром и вечером, регулярно менять одежду?

Неделя 4: **Итоги и закрепление материала**: повторение пройденного материала, проведение викторин и игровых конкурсов среди всех групп сада.

Практико-ориентированные мероприятия

Активности для укрепления здоровья

Дети ежедневно участвуют в мероприятиях, направленных на поддержание своего здоровья:

Утро начинается с зарядки и дыхательных упражнений.

Ежедневные прогулки на свежем воздухе, участие в подвижных играх.

Проведение праздников спорта и здоровья, соревнований по бегу, прыжкам и другим видам движений.

Гигиенические процедуры

Регулярные уроки чистоты и аккуратности:

Демонстрационные ролики и иллюстрации о правильном уходе за собой.

Практикум чистки зубов, мытья рук и ухода за одеждой.

Развлекательные мероприятия

Месячные развлекательно-познавательные акции

Каждую неделю проводятся мероприятия, вовлекающие всю группу и поддерживающие интерес детей к здоровым привычкам:

Организация спортивных эстафет, веселых стартов и конкурсов.

Мастер-классы по приготовлению полезных блюд и напитков вместе с родителями.

Театр теней и мини-спектакли на темы здоровья и профилактики болезней.

Работа с семьей

Родители являются активными участниками проекта. Им предлагаются консультации специалистов по вопросам организации сбалансированного рациона и поддержания здоровья детей дома. Совместные мастерские и родительские собрания позволяют обсуждать актуальные вопросы:

Как правильно организовать режим дня ребенка.

Что полезно включать в рацион питания малыша.

Способы поддержки иммунитета и профилактику простудных заболеваний.

Заключительное мероприятие

По итогам месячника проводится общее праздничное мероприятие, которое объединяет всех педагогов, сотрудников и детей сада. Это может быть спортивно-развлекательная программа с вручением призов участникам различных этапов месячника, демонстрацией лучших работ и проектов, выполненными детьми совместно с родителями.

Таким образом, реализация месячника «Здоровое начало жизни – залог благополучного будущего» позволяет эффективно формировать здоровые привычки у детей, повышать уровень информированности семей и обеспечивать благоприятные условия для полноценного роста и развития каждого воспитанника детского сада.

Возрастная группа	Название мероприятия	Цель	Задачи
Младшие (3-4 года)	«Забавные овощи и фрукты»	Ознакомление с полезными продуктами	Формирование интереса к правильному питанию
	«Путешествие в страну чистюль»	Привычка личной гигиены	Умение самостоятельно умываться и чистить зубы
	«Веселые зверята играют»	Любопытство к физическим играм	Повышение уровня двигательной активности
Средние (4-5 лет)	«Фрукты и ягоды - наши друзья»	Формирование вкусовых предпочтений	Понимание пользы фруктов
	«Маленькие спортсмены»	Любовь к активному образу жизни	Участие в спортивных соревнованиях
	«Сказочная страна гигиены»	Закрепление правил гигиены	Навык регулярного ухода за собой
Старшие (5-6 лет)	«Тайны витаминов»	Освоение научных фактов о питании	Формирование понимания ценности еды
	«Спортивные герои нашего двора»	Привлечение к регулярным тренировкам	Поддержка мотивации заниматься физическими нагрузками
	«Доктор Здоровье»	Забота о своем организме	Учёт рекомендаций врачей и соблюдение режима дня

Подготовительные (6-7 лет)	«Витаминный марафон»	Проявление инициативы в заботе о здоровье	Самостоятельность в выборе здоровой пищи
	«Играй и будь здоров»	Совершенствование физических качеств	Улучшение координации движения и ловкости
	«Детская энциклопедия здоровья»	Повышение осведомлённости о здоровье	Передача знаний родителям и сверстникам