**План проведения месячника "За здоровый образ жизни"**

**Задачи:**

-сформировать привычку к здоровому образу жизни;

-удовлетворить потребность детей в двигательной активности;

-закрепить знания детей о том, как сохранить и укрепить здоровье;

-формировать у детей мотивацию к здоровью;

-развивать потребность заботиться о своем здоровье.

- пропаганда здорового образа жизни  среди детей и  родителей.

|  |  |
| --- | --- |
| **апрель** | **Мероприятия месячника «Здоровья»** |
| 1 неделя | * **Беседа "Что такое здоровье? "**   **Цель:** закрепить знания детей о том, как сохранить и укрепить здоровье;   * Беседы  «Болезни города».   Цель: научить детей заботиться о своем здоровье.   * Ситуация: «Кукольные разговоры: разговоры о здоровье друг друга» (с использованием обыкновенных кукол и кукол бибабо)».   Цель: избе­гать ситуаций, приносящих вред здоровью   * Практикум: «Как делать самомассаж?»   Цель: закрепить значение самомассажа.  Беседа «Вредные и полезные продукты»  Цель: рассказать детям о вредных и полезных продуктах и их значе­нии для здоровья человек |
| 2 неделя | * Дидактическая игра «Что купить в магазине?»,   Цель: дать представления о полезных продуктах питания   * Беседа: «Витамины и здоровый организм».   Цель: рассказать детям о пользе витаминов и их значе­нии для здоровья человека.   * Практикум: «Витаминный салат».   Цель: показать, как правильно приготовить полезный салат   * Беседа: « Правильное питание для кожи, волос, ногтей».   Цель: формирование знаний о необходимости кальция в организме человека.   * Консультация для родителей: «Здоровье и готовность ребенка к школе |
| 3 неделя | * **Физкультурный досуг «Веселые старты»**   Цель: Привлечь детей к активному участию в спортивных соревнованиях. Совершенствовать двигательные умения и навыки, достижение физической красоты, силы, ловкости, выносливости. Способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи, дружбы, сопереживания.   * Беседа: «Прогулки на свежем воздухе».   Цель: формировать знания о необходимости ежедневных прогул -закрепить знания детей о том, как сохранить и укрепить здоровье;   * Практикум: «Дыхательная гимнастика».   Цель: формировать знания о необходимости минуток здоровья.   * Беседа: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья».   Цель: формировать знания о необходимости закаливания и занятий физкультурой.   * Памятка для родителей «Правила для сладкоежки», |
| 4 неделя | * Сюжетно - ролевая игра: «Стадион».   Цель: занятия спортом очень полезны для здоровья человека   * Практикум: «Знакомство с современными видами спорта».   Цель: способствовать становлению у детей ценностей здорового образа жизни.   * Беседа – практикум: «Как заботиться о своей одежде».   Цель: ребенок должен знать, что одежда защищает че­ловека от жары и холода, дождя и ветра.   * Дидактическое упражнение: «Как правильно одеваться».   Цель: чтобы сохранить здоровье и не болеть, надо правильно одеваться».   * Консультация для родителей: «Какой спорт выбирать?» |