**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?»
 |