

Валеологическое образование

через игры малой
ПОДВИЖНОСТИ

Цель оздоровительной работы ДОУ

- Создание устойчивой мотивации и потребности у детей в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих

Задачи

- Формирование адекватного представления об организме человека
- Привитие культурно-гигиенических навыков
- Формирование умения отличать опасные для жизни ситуации, грозящие здоровью от неопасных; закрепление правил безопасного поведения

ТЕМЫ

- «Я – человек»
- «Я осваиваю гигиену»
- «Я охраняю свою жизнь и здоровье»

Средняя группа. Задачи

- **«Я-человек»** Цель: познакомиться с внешними частями тела, ценить свое тело, знать основные правила заботы о нем; дать представление о способах выражения своих состояний с помощью мимики и жестов.
- **«Я осваиваю гигиену»**
Цель: дать представление о правилах гигиены, последовательности одевания, умывания.
- **«Я охраняю свою жизнь и здоровье»**
Цель: рассказать о здоровье, микробах; познакомить с профилактикой заболеваний. Закреплять знания о Правилах дорожного движения

Старшая группа. Задачи

- **«Я – человек»**

Цель: расширять знания ребенка о себе и своих органах. Показать способы заботы о своем организме, осознать назначение отдельных органов, условия их нормального функционирования.

- **«Я осваиваю гигиену»**

Цель: формировать систему представлений о культуре быта человека, о выполнении гигиенических процедур.

- **«Я охраняю свою жизнь и здоровье».**

Цель: продолжать рассказывать об охране здоровья, строении и функционировании важнейших функций и систем; о правилах личной безопасности в быту и разных жизненных ситуациях. Понимать значимость физических упражнений для здоровья.

Подготовительная к школе группа. Задачи

● «Я – человек»

Цель: формировать положительную оценку и образ себя. Рассказать о способах бережного отношения человека к своему телу, о неприятностях, которые подстерегают человека, не выполняющего правила жизненной безопасности. Познакомить детей с чувствами и настроениями человека, как они отражаются на его лице. Рассказать о человеческих качествах (аккуратность, неряшливость, доброта, любовь, драчливость, вежливость, упрямство и т.д.).

«Я осваиваю гигиену»

Цели: уточнить и систематизировать знания детей о вредной и полезной пище. Формировать представление о правилах личной и общественной гигиены.

«Я охраняю свою жизнь и здоровье»

Цели: рассказать о здоровье человека, о сохранении целостности органов, об основных правилах безопасности поведения на улице и в помещениях. Называть характерные признаки состояния здоровья и нездоровья. Рассказать о рациональном отдыхе, развивать стойкую привычку к спорту, физической культуре.

Перечень игр

- «Опасно – не опасно», «Вредно-полезно», «Передай мяч другому», «Вежливые слова», «Чтобы крепкими расти», «Светофор», «Дорожные знаки», «Что такое хорошо и что такое плохо», «Ровным кругом», «Выше - ниже», «Волшебные бусы»





