

# Формирование здорового образа жизни у дошкольников по средствам валеологии.

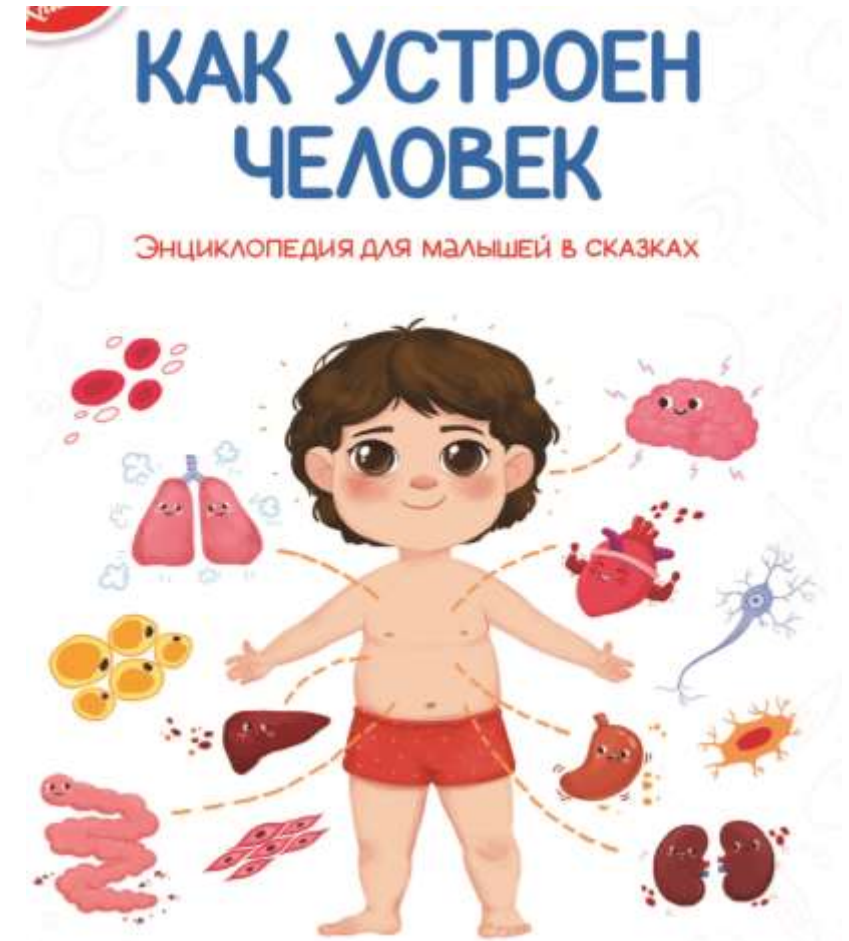


*-В здоровом теле – здоровый дух.*

Воспитатель  
МБДОУ «Детский сад № 17 комбинированного вида»  
города Новозыбкова  
Козлова Людмила Викторовна

«Мы живем в мире, в котором люди гораздо больше знают об устройстве автомобиля или о работе компьютера, чем о том, что происходит внутри их собственного организма»

Тревор Уэнстон



# Актуальность

Изучение проблем детского здоровья в нашей стране приобретает все большую актуальность. Сохранение и укрепление здоровья детей стратегическая задача развития страны.



**Цель:** привитие навыков здорового образа жизни



# Задачи валеологического образования:

- знакомство детей с понятиями «здоровый образ жизни»;
- воспитание культуры взаимоотношений мальчиков и девочек;
- приобщение к занятиям физической культурой и спортом;
- формирование навыков личной гигиены;
- повышение валеологической культуры родителей
- укрепление здоровья;





# Направление работы реализуется не только в рамках образовательной деятельности (ОД), но и при организации:

- досуговые мероприятия;
- развлечения;
- утренники;



# Прогулки





# Режимные моменты



Теплою водою  
Руки чисто мою  
Кусочек мыла я возьму  
И ладошки им потру







# Методы и приёмы валеологии



Принимаю контрастный душ

# Словесный метод:

- объяснение;
- беседа;
- рифмовки и загадки;
- сказкотерапия;
- чтение;
- сказки.





# Наглядный метод:

- Демонстрация;
- Показ;
- Наблюдения;



# Игровой метод:

Подвижные игры

и

экскурсии





# Дидактические и сюжетно - ролевые





# Театрализованные



# Практический метод:

- Рисование;
- Аппликация;
- Поделки;
- Опыты;



# Валеологическое просвещение семьи:

- обеспечение родителей всей необходимой информацией по вопросу здоровьесбережения проведение практикумов
- тренинги, предполагающие обсуждение информации, полученной из видеоматериалов, записей бесед с малышами;
- «День открытых дверей», в процессе которого родители могут посмотреть на организацию физкультурных занятий, а также выполнение режимных моментов и проведение досуга;
- проведение совместных развлечений, праздников.

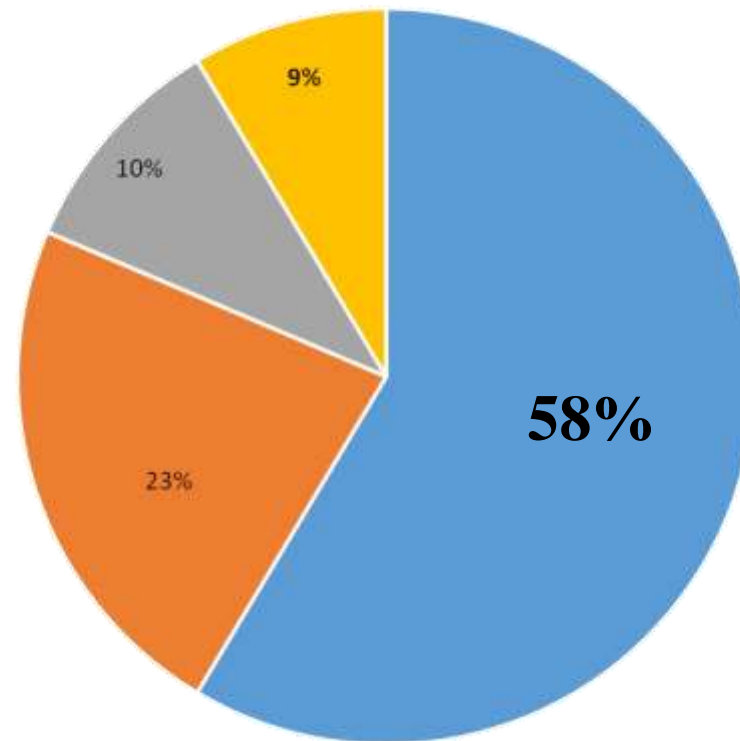
# Совместно с родителями





## Положительная динамика в усвоении материала:

- представление о своём теле 58 %
- навыки ведения здорового образа жизни 23 %
- повышение интереса к оздоровлению собственного организма 10 %
- умение определять своё ощущение и состояние 9 %





*-В здоровом теле – здоровый дух.*

