

«Формирование начальных представлений о ЗОЖ у дошкольников через занятия по валеологии»

*Мищенко Ирина Ивановна,
воспитатель МКДОУ детский
сад №2 г.Острогожск*

«Здоровье люди сохраняют благодаря тому, что знают себя и наблюдают за тем, что приносит пользу и что вред, как и благодаря воздержанности в пище и в образе жизни, стараясь оберегать своё тело, отказываясь от наслаждений, наконец, благодаря искусству тех, к чьей области знаний всё это относится»

Цицерон

Валеологическое образование – целенаправленный процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста способам укрепления и сохранения своего здоровья; это процесс и результат овладения детьми системой научных знаний и познавательных умений и НАВЫКОВ



Условия формирования положительной мотивации к ЗОЖ

Создание вокруг
детей
предметно-
развивающей
среды

Активная позиция
детей в освоении
знаний, умений и
навыков
валеологического
характера

Учёт
индивидуальных
психофизиологическ
их и типологических
особенностей у
детей при
организации занятий

Наличие моделей
поведения людей,
придерживающихся
ЗОЖ в окружении
детей

Цель – формирование
положительной мотивации
и потребности детей
дошкольного образа в
сохранении своего
собственного здоровья



Задачи

Воспитывать
культурно-
гигиенические
навыки

Формировать
начальные
представления о
ЗОЖ

Сохранять и
укреплять
физическое и
психическое
здоровье детей

Развивать способности к
установлению причинно-
следственных связей
между состоянием
здоровья и поведением

Дать
мотивационные
установки на
приоритет
здоровья перед
болезнями

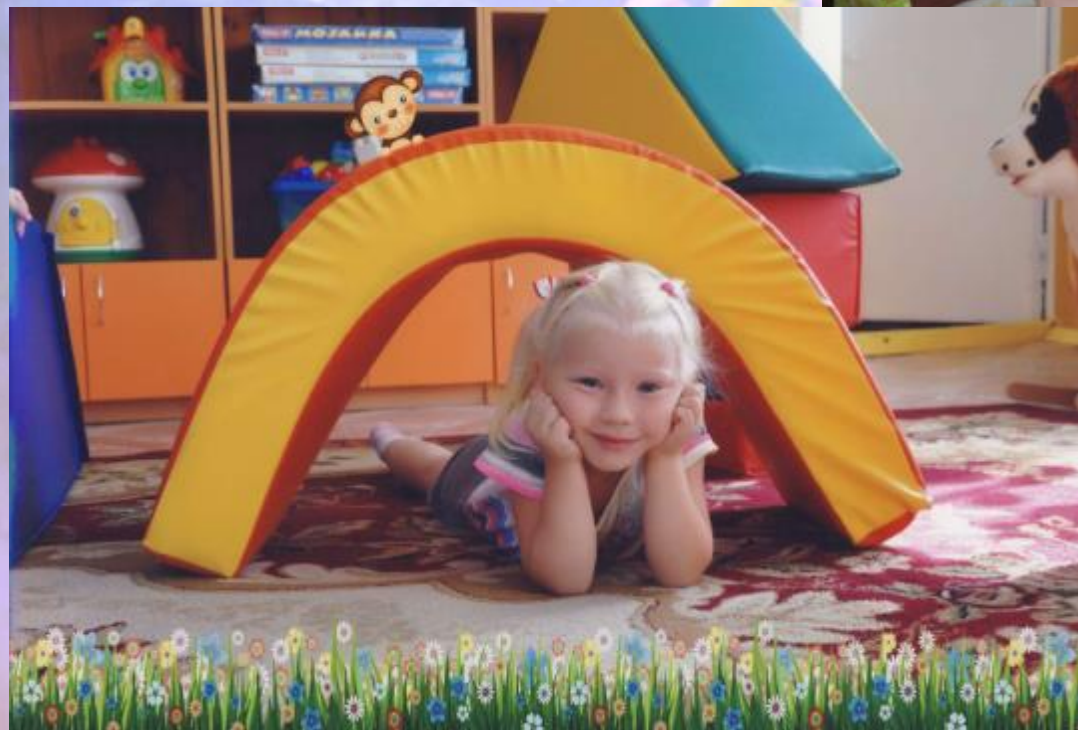
Блоки занятий

1. «Соблюдай правила гигиены»



1. «Знай своё тело»

3. «Соблюдай режим дня»



4. «Занимайся физкультурой»

Здоровьесберегающие технологии

Циклы познавательных занятий, корректирующие технологии









Закрепление детьми полученных навыков в игре, самостоятельной деятельности...

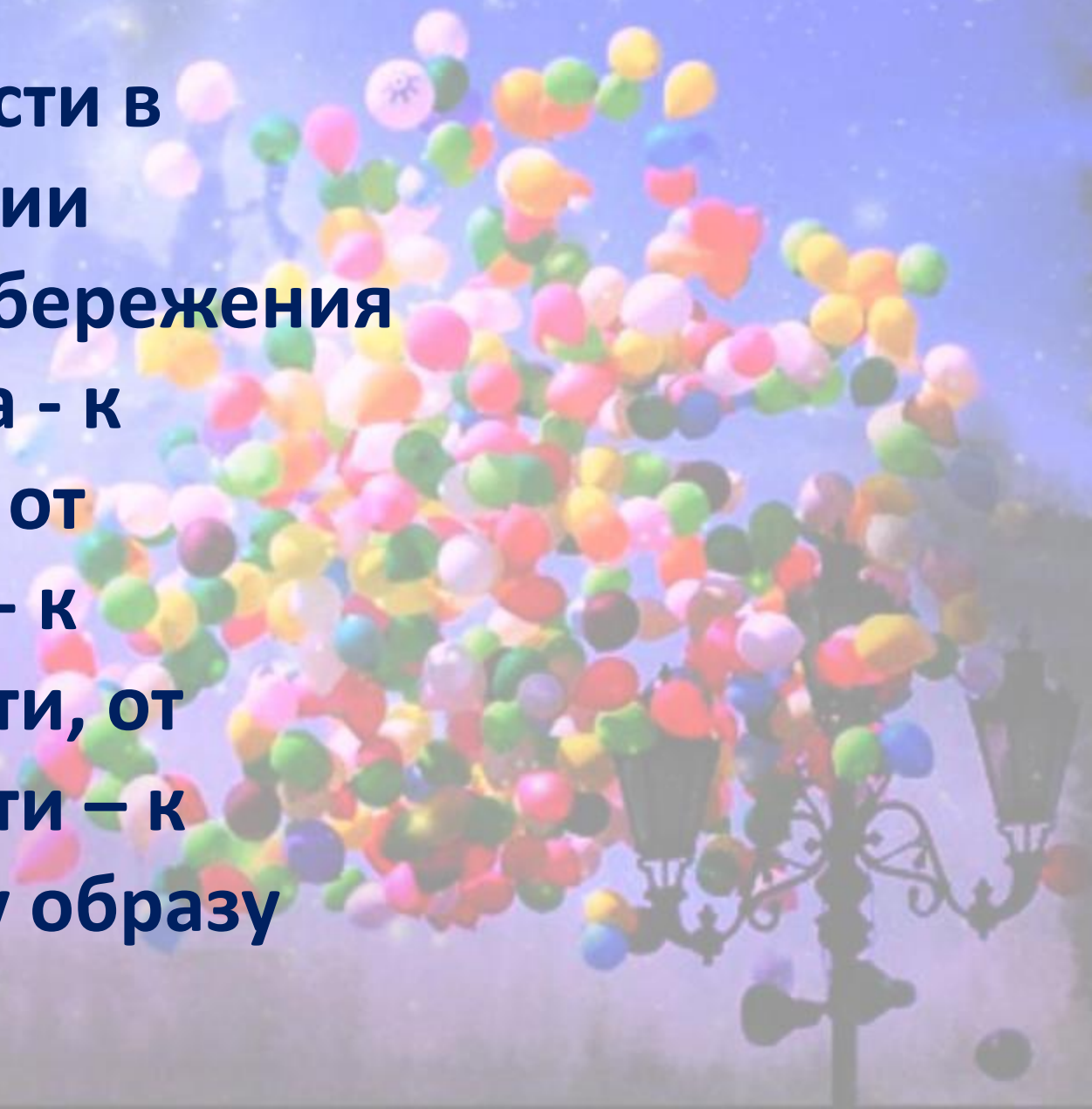








**Алгоритм
деятельности в
направлении
здоровьесбережения
«от навыка - к
привычке, от
привычки - к
потребности, от
потребности – к
здоровому образу
жизни»**



Спасибо за внимание!

