Семинар

«Игра в валеологическом образовании»

Подготовила

Методист: Кирильченко Г.А.

**Валеологическое образование в ДОУ**

Для того чтобы понять, что такое валеологическое образование необходимо рассмотреть каждое понятие: валеология и образование.

Практически все современные авторы начинают свои рассуждения о валеологии с выявления этимологии слова. В его основе лежат латинские “vale” и “logos”, которые переводятся соответственно “будь здоров” и “учение, знание, наука”. Сущность валеологического образования в том, что человеку нужно ровно столько медицинских знаний, чтобы уметь правильно оценивать своё состояние и принимать решение: обращаться к врачу или прибегнуть к самокоррекции своего состояния дополнительным отдыхом, изменением питания и объема двигательной активности

Проект государственного образовательного стандарта дошкольного образования рассматривает образование в дошкольном учреждении как целенаправленный процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста: охрана и укрепление их физического и психического здоровья, развитие их индивидуальных способностей и необходимой коррекции нарушения развития этих детей.

Несмотря на разнообразные трактовки понятия образования в дошкольном учреждении, педагоги убеждены, что образование это процесс воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста.

Таким образом, объединив все понятия выведено определение: “Валеологическое образование:

**Определение**

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, формирования на их основе валеологического сознания (*я могу и хочу быть здоровым*), а также культуры здоровья личности и общества.

**Задачи валеологического образования в ДОУ**

* формировать знания о человеке, о его болезнях, ценностях человеческой жизни;
* формировать у детей с ранних лет валеологическое сознание, бережное и заботливое отношение к собственному здоровью, здоровью других людей, как высочайшей ценности;
* формировать практические умения и привычки по укреплению личного здоровья;
* воспитывать у детей мотивации здорового образа жизни и мотивационные установки на приоритет здоровья перед болезнями;
* воспитывать у детей желание активно участвовать в оздоровлении окружающих людей, используя приобретённые теоретические знания и элементы практических привычек.

**Формы работы с родителями:**

* Пропаганда валеологических знаний среди родителей
* Дни открытых дверей в ДОУ с целью ознакомления с методикой валеологического воспитания и образования.
* Совместные праздники здоровья
* Участие родителей в оформлении предметно-игровой среды по валеологии (изготовление наглядного и раздаточного материала).
* Экскурсии с детьми по месту работы некоторых родителей: в клинику, бактериологическую лабораторию, детскую поликлинику (стоматология, рентгеновский кабинет, глазной кабинет, ЛОР, педиатр и т.д.)

**Формы работы с родителями:**

* Практическая работа с родителями: обучение правилам закаливания, точечного массажа, технике выполнения упражнений, оказания первой помощи. Разработка уголков для родителей.
* Создание совместно с ребёнком газет о здоровье, здоровом образе жизни.
* Ведение дневника здоровья, в котором будут отмечаться положительные сдвиги в знаниях и умениях дошкольника и родителями и воспитателями. В дневнике можно указывать книги о здоровье, рисовать рисунки о болезни и здоровье, о предметах, помогающих поддерживать чистоту в доме и в организме, отмечать свое самочувствие и состояние в течение дня, используя яркие и понятные символы, как для детей, так и для воспитателей и родителей.

**Уголок здоровья**

В уголке здоровья должны содержаться следующие материалы:

— Папка с иллюстрациями «Человек и его организм»;

— дидактические игры по темам;

— книги о здоровье и ЗОЖ;

— схемы, иллюстрации по темам*;*

— микроскопы, микропрепараты, песочные часы, муляжи – для проведения наблюдений, экспериментирования;

— аптечка с предметами для оказания первой помощи при травмах;

— анатомическая кукла;

— конверты, советы:   
 *«Дыхательная гимнастика»;   
 «Зуб, не болей-ка!»*

*«Витамины – это всегда полезно»;   
 «Правила ухода за больным человеком»;   
 «Тренируем память»;   
 «Как ты можешь закаляться»;   
 «Правильно оказывай первую помощь» и т.д.*

— папка «Скоро в школу»:   
 *«Мой режим дня в школе»;   
 «Упражнения для снятия утомления»;   
 «Безопасная дорога в школу»;   
 «Первая помощь при ожоге, уколе иголкой, ссадине» и др.*

— дневник настроений.

Валеологические игры

**"Самый дорогой на свете"**

Взр.: У меня в руках, коробочка. В ней находится самое дорогое, что есть на свете. Подходите ко мне по очереди и смотрите в нее. Подумайте, что же самое дорогое на свете вы там увидели.

**"Мое тело"**

Взр.: Подойдите к зеркалу и посмотрите внимательно. Каждый из вас видит себя. Это самое дорогое, что есть на свете. Посмотрите внимательно. Из чего состоит тело человека? Повторяйте за мной и показывайте то, о чем мы будем говорить:

- головушка - соловушка (гладят голову);

- лобик - бобик (выставляют перед собой лобик, как бычки);

- носик - абрикосик (закрывают глазки и попадают пальчиком в кончик своего носа);

- щечки - комочки (мнут пальчиками щечки, трут их тихонько ладошками);

- губки - голубки (вытягивает губки в трубочку);

- зубочки - дубочки (стучат тихонько крепкими зубками);

- бородушка - молодушка (гладят подбородок);

- глазки - краски (раскрывают пошире глазки, смотрят, сколько красок вокруг);

- реснички - сестрички (моргают ресничками);

- ушки - непослушки (трут тихонько пальчиками свои ушки);

- шейка - индейка (вытягивают свою шейку);

- плечики - кузнечики (дергают плечиками вверх-вниз);

- ручки - хватучки (хватают вокруг себя);

- пальчики - мальчики (шевелят пальчиками рук);

- грудочка - уточка (выпячивают вперед свою грудку);

- пузик - арбузик (выставляют животик вперед);

- спинка - тростинка (вытягивают спинку);

- коленки - поленки (сгибают ножки в коленях);

- ножки - сапожки (топают ножками).

Вот мы и выяснили, из чего состоит наше тело.

**"Ежики"**

Цель: развитие мелкой моторики, внимания, дикции, нормализации дыхания.

"Прибежали, прибежали ежики, ежики.

Наточили, наточили ножики, ножики.

Прискакали, прискакали зайчики, зайчики.

Ну-ка дружно, ну-ка вместе, девочки - мальчики!" (Дети!)

"Какое у нас сегодня настроение"

Цель: научить детей выражать свои чувства мимикой лица.

**"Полезное - вредное"**

Цель: закрепление знаний о полезной и вредной пище. Оборудование: муляжи овощей, фруктов, сладости, молочные продукты и т.д. Форма проведения: в виде соревнований.

**"Угадай на ощупь"**

Цель: изучая при помощи пальцев форму головы, одежду, прическу, ребенок определяет подошедшего к нему девочку или мальчика.

**"Охота"**

Выбираются несколько детей-охотников. Им завязывают глаза. В противоположном конце зала прячут апельсин (лук, чеснок, духи, цветы и др.). Охотники по запаху должны обнаружить предмет.

От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. Экологические проблемы, некачественное питание, эмоциональный дискомфорт - лишь некоторые факторы, агрессивно воздействующие на хрупкие детские организмы.

По данным медицинской статистики, количество дошкольников с хроническими заболеваниями увеличивается с каждым годом. В школу поступает только несколько процентов абсолютно здоровых первоклассников.

Несмотря на тенденцию возрождения в казахстанских семьях здорового образа жизни, активную его пропаганду в средствах массовой информации, большинство родителей не заботятся в должной мере о здоровье своего ребенка, не прививают ему любви к окружающим людям, самому себе. А ведь именно в дошкольном возрасте, или периоде первого детства, интенсивно развиваются все органы и системы человека.

Ребенок с первых дней жизни имеет определенные унаследованные биологические свойства, в том числе и типологические особенности основных нервных процессов (сила, уравновешенность и подвижность). Но эти особенности составляют лишь основу для дальнейшего физического и психического развития, а определяющими факторами являются окружающая среда и воспитание ребенка.

Поэтому мы педагоги нашего дошкольного учреждения, должны комплексно решают задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка, подготовки его к школе, активно внедряя в этот процесс наиболее эффективные технологии здоровьесбережения.