

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 67
Красногвардейского района Санкт-Петербурга

Принято
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад № 67
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08.14

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ д/с № 67
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
И.Н. Васильева
Приказ № 46-0 от 29.08.15



ПРОГРАММА
«ШКОЛА ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА»
(ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА)

МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ:
Кулик Г.И., Сергиенко Н.Н.
Школа здорового человека.

Санкт-Петербург

1.Актуальность

Цель: сформировать у ребенка мотивы самосохранения, воспитать привычку думать и заботиться о своем здоровье.

Для достижения поставленных целей необходимо:

- сформировать навыки ухода за телом;
- создать условия для закаливания, дав ребенку возможность самому решать, как закаливать организм;
- выработать стойкую привычку к самомассажу;
- создать проблемную ситуацию, которая наглядно демонстрирует значимость правильного отношения к здоровью;
- научить ребенка обращаться с опасными для здоровья веществами;
- дать основные представления о строении и функциях тела;
- формировать навыки охраны личного здоровья и бережного отношения к здоровью окружающих;
- ознакомить детей с возможными травмирующими ситуациями;
- научить некоторым приемам первой медицинской помощи в случае травмы (ушиб, порез, ссадина, вызов «неотложки»);
- дать представление о правилах ухода за больным (заботиться, не шуметь, выполнять просьбы и поручения).

Реализация программы осуществляется через интегрированное занятие 1 раз в месяц в разделе «Познавательное развитие» и в совместной деятельности педагога с детьми, начиная с младшей группы.

2. Принципы создания программы

1. Доступность:

- учет возрастных особенностей детей;
- адаптированность материала к возрасту.

2. Систематичность и последовательность:

- постепенная подача материала от простого к сложному;
- частое повторение усвоенных правил и норм.

3. Наглядность:

- учет особенностей мышления.

4. Динамичность:

- интеграция программы в разные виды деятельности.

5. Дифференциация:

- учет возрастных особенностей;
- создание благоприятной среды для усвоения норм и правил здорового образа жизни каждым ребенком.

3.Цель

Программа направлена на воспитание основ культуры здоровья и безопасности, формирование представления дошкольника о себе и о здоровом образе жизни, о правилах гигиены, охране здоровья и основывается на физиологических, психолого-педагогических, валеологических исследованиях.

4.Средства реализации

1. Специально организованное обучение. Занятия из программы проводятся 1 раз в месяц по перспективно-тематическому плану.
2. Совместная деятельность педагога с детьми по темам: «Я — человек», «Я и движение», «Я осваиваю гигиену и этикет», «Я и опасные предметы», «Я и улица». Эти темы интегрированы в различные режимные моменты: игру, прогулку, индивидуальную работу, самостоятельную деятельность детей.
4. Организация здоровьесберегающей и развивающей среды, способствующей конструированию вариантов здорового образа жизни.
5. Работа с родителями. Предполагает системное и планомерное взаимодействие триады родитель—ребенок—педагог для развития культуры здоровья и включает разные формы работы.
6. Диагностика. Разработаны и апробированы критерии диагностики усвоения программных задач валеологического образования.

5. Ожидаемые результаты

1. Полученные ребенком знания и представления о себе, своем здоровье и физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья.
2. Приобретенные навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни. ^
3. Полученный опыт позволит избежать несчастных случаев.

6. Методы реализации программы

Практические	Словесные	Наглядные
1 Создание здоровьесберегающей и развивающей среды, обеспечивающей комфортное пребывание ребенка в ДОО. Демонстрация разных ситуаций, не сущих опасность для здоровья ребенка 2 Организация режима двигательной активности, обеспечивающего нормальную жизнедеятельность 3 Закаливание по схеме 4 Создание центра Правил дорожного движения 5 Создание автогородка на участке для использования полученных знаний в игровой деятельности	1. Беседы 2. Чтение художественной литературы 3. Заучивание стихотворений 4. Дидактические игры. 5. Сюжетно-ролевые игры 6. Подвижные игры 7. Развлечения 8. Моделирование ситуаций. 9. Консультации 10. Наблюдения	1. Организация выставок, конкурсов 2. Сбор фотоматериалов 3. Рассматривание иллюстраций 4. Аудиовизуальная техника 5. Информационно - агитационные стенды 6. Театрализованная деятельность 7. Личный пример взрослых

Тематический план

Программы для детей младшей группы

«Я — человек». Цели: формировать представление о себе как отдельном человеке; рассказать о способах заботы о себе и окружающем мире; показать модели социального поведения

«Я и движение». Цели: ознакомить с правилами выполнения физических упражнений (внимательно слушать сигнал, ждать друг друга, не толкаться, согласовывать свои действия с действиями партнера, контролировать и координировать движения)

«Я осваиваю гигиену и этикет». Цели: рассказать о правилах поведения за столом; познакомить с предметами и действиями, связанными с выполнением гигиенических процессов: умывание, купание, уход за телом, внешним видом, чистотой жилища

«Я и опасные предметы». Цели: рассказать об источниках опасности в квартире и групповой комнате; разъяснить правило «нельзя».

«Я и улица». Цели: рассказать о правилах поведения на улице города: переходить улицу на зеленый цвет светофора только за руку со взрослым, двигаться по правой стороне тротуара, не наталкиваться на прохожих, внимательно смотреть под ноги и вперед

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД

Октябрь	
Тема	«Верные друзья»
Цели	Учить правилам личной гигиены, побуждать детей к самостоятельному их выполнению. Воспитывать чувство взаимопомощи
Оборудование	Кукла; изображения описанных в стихотворении ситуаций; два фона (красный — хорошее, синий — плохое); дидактическая игра «Что хорошо, что плохо»
Методические приемы	1. Игровая ситуация. В гости приходит кукла. 2. Беседа о личной гигиене в детском саду и дома. 3. Игра-драматизация «Что такое хорошо и что такое плохо»
Литература	«Что такое хорошо и что такое плохо» В.В. Маяковский. «Девочка чумазая» А.Л. Барто
Рекомендации родителям	Беседовать о самостоятельном выполнении детьми правил личной гигиены
Ноябрь	
Тема	«Вот я какой»
Цели	Познакомить со строением тела. Помочь ребенку осознать свою половую принадлежность. Учить заботиться о чистоте тела
Оборудование	Куклы Ваня и Маша; дидактическая игра «Что есть у куклы?»; картинки с изображением частей тела; сюжетно-ролевая игра «Доктор»

Методические приемы	1. Игровая ситуация. В гости приходят Ваня и Маша. 2. Беседа «Доктор Кролик советует». 3. Дидактическая игра «Что есть у куклы?». 4. Моделирование ситуаций. Какие опасности подстерегают человека при несоблюдении правил личной гигиены
Литература	«Расти здоровым» Р. Ротенберг. «Мое тело» А. Пиль
Рекомендации родителям	Познакомить детей с энциклопедией «Моя первая книга о человеке»
Декабрь	
Тема	«Опасность подстерегает»
Программное содержание	Рассказать об источниках опасности в квартире и групповой комнате, разъяснить правило «нельзя». • Нельзя брать спички, трогать газовую плиту, вставлять пальцы в электророзетки, трогать работающие электроприборы. Брать иголки, ножницы, лезвия, спиртные напитки, режущие и колющие предметы, лекарства из аптечки, пить их. • Выходить без взрослого на балкон, подходить к открытому окну
Оборудование	Режущие и колющие предметы, лекарства; иллюстрации с изображением различных ситуаций; мальчик-плохиш (кукла)
Методические приемы	1. Игровая ситуация. В гости приходит мальчик-плохиш 2. Игра-драматизация «Путаница». 3. Моделирование ситуаций. Квартира, группа, участок детского сада (обследование на предмет опасности) — найди опасные предметы. 4. «Узелок» на память — размещение в уголке схем-подсказок, направленных на усвоение «нельзя»
Литература	«Путаница» К.И. Чуковский. «Жил на свете слоненок» К. Цыферов
Рекомендации родителям	Использовать доступное объяснение, а не запугивание и запреты
Январь	
Тема	«Кошкин дом»
Программное содержание	Познакомить с опасностью, происходящей от огня. Воспитывать осторожность в обращении с огнеопасными предметами на примере литературных героев
Оборудование	Кот с перебинтованной лапой; цветные иллюстрации к пожароопасным ситуациям; телефон
Методические приемы	1. Игровая ситуация. Приходит кот с перебинтованной лапой. 2. Игра-драматизация «Кошкин дом». 3. Моделирование ситуаций. Дым в квартире, сестра обожгла палец. 4. Минутка безопасности «Осторожно — огонь»
Литература	«Кошкин дом» С. Я. Маршак
Рекомендации родителям	Провести беседу о том, что несчастные случаи чаще всего происходят из-за небдуманности поступка, незнания, любопытства. Оформить памятку в родительском уголке «Опасные предметы»
Февраль	
Тема	«Улица и я»
Цели	Рассказать об уличном движении, познакомить со светофором, с проезжей и пешеходной частями дороги

Оборудование	Светофор; дорожные знаки; картинки с изображением города, людей, транспорта; игрушки: машины легковые, грузовые, автобус, фигурки пешеходов; маленькие стулья, высокий стул; руль; Буратино
Методические приемы	1. Игровая ситуация. В гости приходит Буратино. 2. Дидактическая игра «Наш город». 3. Творческая игра «Автобус». 4. Моделирование ситуаций. Дойди до детского сада, один на улице.
Литература	«Про Правила дорожного движения» С.Ю. Волков. «Мчит по рельсам электричка» А. Кривицкая
Рекомендации родителям	Личный пример соблюдения ПДД. Общение с ребенком во время движения по улице, соблюдение ПДД
Март	
Тема	«Помоги мишке стать здоровым»
Цели	Создавать привычку к режиму, помочь ребенку осознать, что утренняя зарядка, игры и физические упражнения вызывают хорошее настроение, а с помощью сна восстанавливаются силы
Оборудование	Игрушка мишка; сюжетные картинки; стихи; кукла Ванька-встанька; мячи, обручи, кегли, мешочки, палки
Методические приемы	1. Игровая ситуация. Приходит Ванька-встанька с мишкой. 2. Дидактическая игра «Угадай, что я делаю» или «Не хочу быть плохим». 3. Рассказ воспитателя с демонстрацией наглядного материала. 4. Стихи о зарядке
Литература	«Расти здоровым» Р. Ротенберг
Рекомендации родителям	Консультации «Рациональная организация режима дня дома», «Отдыхаем семьей»
Апрель	
Тема	«Научись себя охранять»
Цели	Рассказать о правилах поведения в разных ситуациях (как вести себя с незнакомыми людьми, не открывать дверь чужому, не уходить с игровой площадки с незнакомыми, нельзя гулять одному без близких людей)
Оборудование	Атрибуты к сказке «Волк и семеро козлят»; сюжетные картинки; телефон
Методические приемы	1. Постановка сказки «Волк и семеро козлят» 2. Рассматривание картинок и беседа. 3. Тренинговые игры
Литература	«Азбука общения» Л.М. Шипицина
Рекомендации родителям	Обсудить с ребенком вопросы: — как вести себя с незнакомыми людьми; — что предпринять, когда стучат в дверь; — с кем можно заходить в подъезд
Май	
Тема	«Кто я такой?»
Цели	Формировать представление о себе через элементарные знания и действия. «Я знаю, как меня зовут, как зовут моих маму, папу». «Я очень люблю порядок и знаю, как его навести». «Я хороший»

Оборудование	Картинки с изображениями разных ситуаций
Методические приемы	1 . Игра-беседа «Кто я?». 2. Игра-тренинг «Я потерялся». 3. Моделирование ситуаций. 4. Чтение стихотворений по тематике
Литература	«Азбука общения» Л.М. Шипицина. «Девочка чумазя» А.Л. Барто
Рекомендации родителям	Закрепить знания детей о домашнем адресе, фамилии, имени и отчестве родителей

Тематический план

Программы для детей средней группы

ЗАДАЧИ

«Я — человек». Цели: продолжить идентифицировать свое имя с собой; познакомить с внешними частями тела; дать представление о способах выражения своих состояний с помощью мимики и жестов (подняты брови, сжаты губы, надуты щеки); ценить свое тело; знать основные правила заботы о нем; устанавливать связи между строением органа и его назначением, между своим состоянием и способами заботы о себе и окружающем мире

«Я осваиваю гигиену и этикет». Цели: рассказать о культуре еды, правилах поведения за столом, о последовательности одевания, умывания, правил гигиены; учить рациональным способам самообслуживания (от постановки цели до получения результата)

«Я учусь правильно организовывать свою жизнь». Цели: продолжать формировать устойчивую привычку к режиму двигательной активности; рассказать, что человек — живой организм, чтобы жить, необходимо активно двигаться, для этого и предназначены органы человека: ноги, руки, туловище, голова

«Я учусь охранять свою жизнь и здоровье». Цели: рассказать о здоровье (как можно познать и изменить себя, как найти свою тропинку к здоровью); познакомить с профилактикой заболеваний: самомассаж, закаливание, правильное дыхание, чередование активного движения и отдыха

Провести беседу о микробах, доказать необходимость использования мыла и воды. Научить заботиться о здоровье окружающих: при чихании и кашле прикрывать рот и нос платком, если заболел, не ходить в садик.

Рассказать о правилах первой помощи при травмах и обморожениях: замерзло лицо на морозе — разотри легко шарфом, но не снегом; озябли ноги — попрыгай, Пошевели пальцами; промочил ноги — переоденься в сухое.

Рассказать о Правилах дорожного движения.

«Навыки здоровья». Цели: учить одеваться и раздеваться самостоятельно, застегивать пуговицы, зашнуровывать ботинки, аккуратно складывать и убирать одежду на место; вежливо обращаться за помощью к сверстнику или взрослому.

Учить самостоятельно мыть руки, лицо, шею; после умывания смывать мыльную пену с раковины, крана.

Спокойно садиться за стол, правильно пользоваться вилок, ложкой, есть аккуратно, не спешить, не отвлекаться, не играть столовыми приборами, не набивать рот, не разговаривать с полным ртом, не чавкать; брать хлеб, печенье с общей тарелки, но не менять взятое; не мешать другим детям; пользоваться салфеткой, спокойно выходить из-за стола, говорить «спасибо»

«Отношение ребенка к себе, своему здоровью». Уточнить знания ребенка об имени, фамилии, возрасте, своем доме.

С помощью взрослого устанавливать связь между совершаемыми действиями, привычками и состоянием организма, настроением, самочувствием. «Я буду заниматься бегом, как папа, чтобы стать июровым и сильным». «Я каждый день правильно чищу зубы, значит они у меня не будут болеть».

Развивать настойчивость, целеустремленность в уходе за своим телом, физкультурно-оздоровительной деятельности.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД

Октябрь	
Тема	«Волшебная дорожка»
Цели	Систематизировать и уточнить знания детей о пешеходных переходах
Оборудование	Машины, самокат; знак «Пешеходный переход»; сигналы светофора; 5 белых полос (50 x 20); куклы-игрушки
Методические приемы	1 . Дидактическая игра «Чья команда быстрее сложит машину?». 2. Сюрпризный момент. В гости приходит кот. 3. Игра «Переходим улицу»
Литература	«Основы безопасности жизнедеятельности» И.К. Топоров
Рекомендации родителям	Личный пример взрослого. Беседовать о знаках дорожного движения
Ноябрь	
Тема	«Улица. Дорога. Пешеход»
Цели	Закрепить у детей знание Правил дорожного движения. Рассказать, к чему может привести нарушение ПДД. Уточнить правила поведения пешехода
Оборудование	Светофор, дорожные знаки; записи музыки; маски зайца, Айболита; машина «скорая помощь»
Методические приемы	1 . Игра «Дорога». 2. «Айболит» К.И. Чуковский. 3. Работа в рабочих тетрадях по Правилам дорожного движения (В.Н. Володарская, Е.Я. Мальцева). 4. Рассматривание картины «Улицы города». 5. Беседа по содержанию картины
Литература	«Айболит» К.И. Чуковский; «Букварь здоровья» Л. В. Баль; «Про Правила дорожного движения» С.Ю. Волков
Рекомендации родителям	Личный пример взрослого
Декабрь	
Тема	«Опасный петушок»
Цели	Обучить мерам пожарной безопасности. Рассказать об электроприборах, спичках, зажигалках, о последствиях пожаров в доме
Оборудование	Фотоматериалы, предметные картинки, сюжетные, иллюстрации; карточка «01»
Методические приемы	1. Рассказ воспитателя о пожарах. 2. Смотреть иллюстрации, сюжетные, предметные картинки. 3. Беседа. 4. Игра-тренинг «Если случился в квартире пожар...»
Литература	«Безопасность» Н.Н. Авдеева; «Кошкин дом», «Пожар» С.Я. Маршак
Рекомендации родителям	Рассказать об опасности шалостей с огнем. Избегать запугиваний и запретов
Январь	
Тема	«Его величество ток»
Цели	Рассказать об электроприборах, об их значении для лю-дей, правилах пользования
Оборудование	Картинки с изображением электроприборов (телевизор, утюг,

	пылесос, телефон); загадки о них; знаки опасности; игрушка — забинтованный мишка
Методические приемы	1 . Игра «Отгадай загадку по картинке». 2. Беседа об электроприборах. 3. Рассмотреть знаки опасности и разложить иллюстрации возле каждого знака. • Нельзя самому пользоваться • Осторожно пользоваться 4. Совместно придумать рассказ о том, как мишка остался дома один и что-нибудь натворил. Использовать в сюжете рассказа электроприборы. 5. Самостоятельно сформулировать правила пользования электроприборами. • Не дотрагивайтесь до включенных электроприборов. • Не включайте самостоятельно электроприборы. • Не пользуйтесь самостоятельно розеткой. • Просите взрослых включить или выключить электроприбор
Литература	«Безопасность» Н.Н. Авдеева
Рекомендации родителям	Выработать правила пользования электроприборами, поместить их в игровом уголке ребенка
Февраль	
Тема	«Где мы играем»
Цели	Закрепить знания правил поведения на улице, рассказать, к чему может привести нарушение ПДД
Оборудование	Иллюстрации улиц города; дорожные знаки, светофор, шапочки-маски, атрибуты дорожной разметки
Методические приемы	1 . Правила для пешехода. • Идти только по тротуару, по правой стороне. • Улицу нужно переходить при зеленом сигнале светофора и только по пешеходным переходам. • Нельзя играть, кататься на санках, самокатах, коньках на дороге. 2. Игра-тренинг. Дети надевают шапочки-маски. 3. Читать стихотворения о светофоре. 4. Читать стихотворения о несоблюдении правил ПДД. 5. Вопросы на закрепление пройденного материала
Литература	«Безопасность» Н.Н. Авдеева
Рекомендации родителям	Личный пример
Март	
Тема	«Если дома ты один-»
Цели	Рассказать, что опасно открывать дверь квартиры кому-либо в отсутствии родителей. Развивать осторожность, осмотрительность в отсутствии близких взрослых
Оборудование	Мягкая игрушка мишка; фланелеграф; настольный театр «Волк и семеро козлят»
Методические приемы	1 . Беседа с детьми. 2. Рассказ «Мишка» с помощью фланелеграфа. 3. Беседа по содержанию рассказа. 4. Игровой тренинг (уговоры, обещания, ласковый голос)
Литература	«Как обеспечить безопасность дошкольников» К.Ю. Белая
Рекомендации родителям	Беседовать о правилах поведения
Апрель	
Тема	«Ведьмин суп»
Цели	Учить отличать съедобные грибы от ядовитых. Рассказать, что в пищу можно употреблять съедобные грибы после обработки

	(варки, засолки)
Оборудование	Загадки о грибах; предметные, сюжетные картинки с изображением грибов съедобных и ядовитых; фланелеграф
Методические приемы	1. Загадывание загадок о грибах с демонстрацией ответов на фланелеграфе. Растут в лесу сестрички, рыжие ... (<i>лисички</i>). Я в красной шапочке расту под стройною осиною, меня узнаешь за версту, зовусь я ... (<i>подосиновик</i>). Не спорю, не белый я, братцы, попроще, расту я обычно в березовой роще. (<i>Подберезовик</i> .) Вдоль лесных дорожек много белых ножек, собирай, не мешкай, это . . . (<i>сыроежки</i>). Возле леса на опушке, украшая темный бор, вырос пестрый, как Петрушка, ядовитый ... (<i>мухомор</i>). 2. Беседа. 3. Дидактическая игра «Съедобный грибок положи в кузовок»
Литература	Книжка-раскраска «Грибы»
Рекомендации родителям	Проводить разъяснительные беседы о грибах. Использовать настольные игры-классификации (съедобное — несъедобное)
Май	
Тема	«Горести и радости подводного царства»
Цели	Познакомить детей с правилами поведения на воде, через игровые ситуации отработать их применение
Оборудование	Игровая комната для свободного передвижения детей (занятие построено на имитации движений в воде); животные-игрушки
Методические приемы	1. Запись «Шум моря». Дети представляют, что они на море, и вместе с воспитателем изучают берег, дно, особенности животных (дельфины, медузы). Игры с водой. 2. Обыгрывание ситуаций. • Запрещается самостоятельно входить в воду (высказывания детей). • Запрещается толкать друг друга в воде. • Запрещается хватать друг друга в воде, садиться друг на друга. • Запрещается звать на помощь без причины
Литература	«Букварь здоровья» Л.В. Баль; «Безопасность» Н.Н. Авдеева
Рекомендации родителям	Не оставлять ребенка без присмотра вблизи водоемов

Тематический план Программы для детей старшей группы

ЗАДАЧИ

«Я — человек».

Цель: расширять знания ребенка о себе, своем имени, фамилии, возрасте, наследственных особенностях организма, телосложении, походке, реакции на некоторые продукты питания; рассказать, для чего нужно сердце, почему оно стучит, для чего нужны уши, глаза, как мы двигаемся, дышим, общаемся с другими людьми.

Познакомить с разными видами закаливания, дыхательной, коррекционной гимнастикой. На примерах литературных героев понимать способы заботы о своем здоровье, организме

«Я осваиваю гигиену и этикет».

Цель: формировать систему представлений о культуре быта человека; познакомить с основными нормами этики, поведения, питания, общения за столом

«Я учусь правильно организовывать свою жизнь».

Цель: беседы о режиме активности и отдыха, об оздоровительной гимнастике, прогулке при любых погодных условиях, приеме пищи, сне с открытой форточкой

«Я учусь охранять свою жизнь и здоровье».

Цель: продолжать знакомить об охране здоровья, строении и функционировании внутренних органов и систем.

Беседовать о правилах личной безопасности в быту и в разных жизненных ситуациях. Ребенок должен знать свое имя, фамилию, (адрес, телефон.) Знать, что если загорелась квартира, нужно немедленно покинуть помещение и позвать на помощь, а не прятаться; нельзя играть со спичками и огнем, трогать газовые плиты, включать электроприборы. Знать телефон пожарной охраны — 01.

Ни улице нельзя бросаться камнями и снежками, ходить около домов во время таяния снега (могут сорваться сосульки, пласты снега); нельзя дразнить животных, нужно остерегаться бездомных собак и кошек. Не есть незнакомые ягоды, лезть в водоемы.

Учить ребенка предвидеть последствия своих действий на основе разных ситуаций (если ты потерялся в парке, встретился с незнакомым человеком)

«Навыки здоровья».

Цель: выполнять гигиенические процедуры, самостоятельно следить за чистотой тела. Следить за чистотой и опрятностью одежды, владеть приемами чистки. Быстро одеваться, раздеваться, соблюдать порядок.

Выполнять поручения взрослых и действовать по собственной инициативе: пылесосить, вытирать пыль, игрушки, сушить одежду и обувь, садиться за стол причесанным, в опрятном виде, с чистыми руками. Не мешать сверстникам за столом, убирать свое место после еды. Осознанно выполнять физические упражнения, понимая их значимость для здоровья

«Отношение ребенка к себе, своему здоровью».

Цель: представлять в общих чертах развитие человека; младенец, дошкольник школьник, мама (папа), бабушка (дедушка), различать половую принадлежность по внешнему облику (черты лица, особенности телосложения).

Бережно относиться к своему организму, осознавать назначение отдельных органов, условия их нормального функционирования «У меня есть замечательный помощник — скелет, он помогает мне стоять, сидеть и защищает внутренние органы: сердце, печень легкие от повреждений, поэтому нужно его беречь, учиться правильно падать на лыжах, на коньках. Тренироваться, заниматься гимнастикой и физическими упражнениями».

Ответственно относиться к внутренним органам, выполнять основные валеологические правила:

- помоги своему сердцу работой всех мышц, занимайся ежедневно физическими упражнениями;
- помоги своим легким дышать свежим воздухом, не ленись ежедневно гулять в парке, на участке, спи с открытой форточкой
- помоги работе желудка и кишечника, пережевывай «33 раза» каждый кусочек пищи;
- помоги своему мозгу мыслить, думать, береги от ушибов свою умную голову, совершай добрые поступки

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД

Сентябрь	
Тема	«Будь осторожен»
Цели	Рассказать о правилах поведения в быту
Оборудование	Игрушка зайка; предметные картинки 1-й группы «категорически запрещается» (спички, газовые плиты, печка, электрические розетки, включенные электроприборы); предметные картинки 2-й группы «нужно научить правильно, обращаться» (иглолка, ножницы, нож); иллюстрации «опасные ситуации дома»
Методические приемы	1. Игровая ситуация. 2. Беседа. 3. Отгадывать загадки (опасные предметы). 4. Игровые упражнения «На свои места». 5. Игра-драматизация «Кошкин дом»
Литература	«Безопасность» Н.Н. Авдеева, «Как обеспечить безопасность дошкольников» К.Ю. Белая
Рекомендации	Поместить в родительском уголке картинки с предметами («Внимание — опасно»), которые взрослые должны хранить в недоступных для детей местах: бытовая химия, лекарства, спиртные напитки, сигареты, пищевые кислоты, режущие, колющие предметы
Октябрь	
Тема	«Дары леса»
Цели	Знать ядовитые грибы и ягоды
Оборудование	Звуки леса (запись); игрушки: белочка, лисенок, ежик, мяч; настольно-печатная игра «Сбор грибов и ягод»; муляжи (грибы, ягоды); предметные, сюжетные картинки с изображениями грибов и ягод; варенье из лесных ягод
Методические приемы	1. Игровая ситуация. 2. Рассматривание предметных и сюжетных картинок. 3. Беседа. 4. Игра «Съедобные и несъедобные грибы» (с мячом). 5. Составь загадку-описание о ягодах. 6. Игра «Узнай по вкусу». 7. Чаепитие с вареньем
Литература	«Как обеспечить безопасность дошкольников» К.Ю. Белая, «Окно в мир» М. Лазурь
Рекомендации родителям	В летний, осенний сезон совершать прогулки в лес на природу с соблюдением следующих правил: — будьте в лесу заботливыми хозяевами; — никогда не собирайте незнакомые грибы; — мухоморы оставьте лосям, они ими лечатся
Ноябрь	
Тема	«Опасный петушок»
Цели	Рассказать о пожарной безопасности
Оборудование	Предметные, сюжетные картинки, иллюстрации; красный шар; телефон

Методические приемы	1. Читать стихотворение «Ростом спичка-невеличка». 2. Рассмотреть сюжетные картинки, иллюстрации. 3. Беседа. 4. Игра-тренинг «Если в доме что-то загорелось». 5. Сюжетная игра «Пожарные»
Литература	«Пожар», «Пожарные собаки» Л.Н Толстой, «Пожар», ; «Дым», «Пожар в море» Б. Житков, «Безопасность» Н.Н. Авдеева
Рекомендации родителям	Провести беседу с ребенком на тему «Как обращаться с огнем». Правила. • Не играй со спичками и зажигалкой. • Не бросай в костер взрывчатые вещества. • Не лей в костер воспламеняющуюся жидкость. • Не оставляй в лесу непотушенный костер
Декабрь	
Тема	«Мир электричества»
Цели	Познакомить детей с бытовыми электроприборами, правилами обращения с ними
Оборудование	Картинки с изображением электроприборов (телевизор, утюг, пылесос, телефон); картинки с изображением правил обращения с электричеством
Методические Приемы	1. Игра «Отгадай загадку по картинке». 2. Рассмотреть иллюстрации на тему: «Как обращаться с электрическим током и электроприборами» и обсудить ситуации. Правила. • Не стой под деревом во время грозы. • Не прикасайся руками к электрическим приборам и проводам. • Не хватайся за провод, когда вытаскиваешь вилку из розетки. • Не прикасайся к человеку, который работает с электрическим током. • Не трогай руками висящий или торчащий провод, не наступай на него. 3. Дидактическая игра «Магазин»
Литература	«Безопасность» Н.Н. Авдеева, Популярная энциклопедия «Детям обо всем на свете»
Рекомендации родителям	Назвать и показать электроприборы, находящиеся в квартире, и обсудить правила пользования
Январь	
Тема	«Если хочешь быть здоров»
Цели	Рассказать об устройстве и функционировании человеческого организма, важности бережного отношения к своему здоровью
Оборудование	Куклы Таня и Ваня; медицинские карты для каждого ребенка, таблица для проверки зрения, фонендоскоп; цветные иллюстрации; атрибуты к игре «Больница»
Методические приемы	1." Игровая ситуация. «Куклы Ваня и Таня собрались в путешествие». 2. Игра «Больница». Кабинеты: — отоларинголога (ухо-горло-нос); — стоматолога; — окулиста; — рентгенолога; — терапевта; — дерматолога. 3. Тест-опросник по теме
Литература	«Расти здоровым» Р. Ротенберг, «Букварь здоровья» Л.В. Баль
Рекомендации родителям	Провести беседу и обсудить вопросы: — откуда берутся болезни? — какие ситуации могут быть опасными для здоровья? — как помогают нам прививки? — как вести себя во время болезни?
Февраль	
Тема	«Что нужно делать, чтобы быть здоровым»
Цели	Рассказать о том, что здоровье зависит от человека, за ним можно и нужно следить, его надо беречь, сохранять и поддерживать,

	соблюдать режим дня
Оборудование	Иллюстрации и картинки по теме
Методические приемы	1. Игровая ситуация «Узнай по действию». Игра «Что нужно делать, чтобы быть здоровым?». 2. Рассматривание и обсуждение иллюстраций. — «Что надо делать, чтобы быть здоровым»: трудиться, соблюдать чистоту, закаляться, делать зарядку, смеяться, гулять, заниматься спортом, мыть руки. — «Что не нужно делать, чтобы быть здоровым»: лениться, мало двигаться, ходить без шапки, есть много сладкого, есть снег, сосульки. 3. Релаксационная пауза. Под музыку дети танцуют, отражают свое настроение. 4. Составить рассказ «Мой режим дня»
Литература	«Уроки Айболита» К.Т. Зайцев, «Мое тело» А. Пиль
Рекомендации родителям	Личный пример. Консультация «В здоровом теле здоровый дух»
Март	
Тема	«Если случилась беда»
Цели	Рассказать о номере телефона «03», научить вызывать «скорую помощь»
Оборудование	Картинки «опасные предметы»; игрушечный телефон
Методические приемы	1. Беседовать с детьми по картинкам «Опасные предметы». 2. Учить стихотворение «Если мама заболела» Л. Зилберга. 3. Игра-тренинг. Учить детей правильно набирать номер телефона, по которому нужно звонить в экстренном случае — «03», громко и ясно называть свое имя, фамилию, домашний адрес
Литература	«Безопасность» Н.Н. Авдеева, «Как обеспечить безопасность дошкольников» К.Ю. Белая
Рекомендации родителям	Отработать ситуации, при которых нужно набирать номера телефонов «01», «02», «03», используя отключенный настоящий телефонный аппарат. Провести беседу о недопустимости ложных вызовов, объяснить детям их последствия для жизни и здоровья других людей
Апрель	
Тема	«Красный, желтый, зеленый»
Цели	Закрепить знания правил поведения на улице
Оборудование	Игрушка или картинка «автоинспектор»; автогородок; картинки Правил дорожного движения
Методические приемы	1. Игровая ситуация. «Приход автоинспектора». 2. Игра «О чем загадка». 3. Кукольный театр «Незнайка на дороге» — закрепить правила для пешеходов. 4. Отвечать на вопросы автоинспектора. 5. Игра-тренинг «Светофор». 6. Читать инспектору стихотворения о ПДД
Литература	«Безопасность» Н.Н. Авдеева, «Основы безопасности жизнедеятельности» И.К. Топоров
Рекомендации родителям	Вместе с ребенком из строительного материала сделать дороги, переезд, перекресток и разыграть разные варианты, например, движение поездов, машин и пешеходов. Беседа «Опасные ситуации на дороге»
Май	

Тема	«Где мы играем»
Цели	Предвидеть последствия своих действий в разных ситуациях (не дразнить животных, не собирать незнакомые растения)
Оборудование	Иллюстрации; атрибуты к сюжетно-ролевой игре: билеты, 1 руль, модули, салон автобуса, троллейбуса
Методические приемы	1. Игровая ситуация. «Зайку укусила собака». 2. Беседа по ситуации. 3. Рассматривание иллюстраций и обсуждение последствий неправильных действий. 4. Игра-тренинг «Где мне можно гулять». 5. Сюжетно-ролевая игра «Поездка в автобусе»
Литература	«Безопасность» Н.И. Авдеева, «Букварь здоровья» Л.В. Баль, Популярная энциклопедия «Детям обо всем на свете»
Рекомендации родителям	Обсудить опасные участки двора и определить место для игры. Научить ребенка называть свой адрес, указывать ориентиры места жительства (где находится и как выглядит его дом, что расположено поблизости)

Тематический план

Программы для детей подготовительной группы

ЗАДАЧИ

«Я — человек». Цели: формировать положительную оценку и образ себя; обращать внимание на свою внешность; отвечать на! вопросы (Тебе нравится свое имя, хотел бы ты, чтобы тебя звали по-другому? Как? Какое у тебя полное имя, отчество, а мамы и папы? Какая у тебя семья, твои домашние обязанности?)

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, показать, как они отражаются на его лице (страх, усталость, обида, радость, тревога, удивление, бодрость, смех, раздражение, испуг, слезы, беспокойство, уныние, благодушие, дружелюбие, восхищение, ужас, интерес).

Рассказать о человеческих качествах: аккуратность, чистоплотность, общительность, красота, любовь, драчливость, доброта, настойчивость, вежливость, воспитанность, образованность, талант, сила

«Я осваиваю гигиену и этикет». Цели: в процессе бытовой, игровой деятельности уточнить и систематизировать знания детей о полезной и вредной пище; учить содержать вещи в порядке. Формировать представление о правилах поведения за столом, личной и общественной гигиены

«Я учусь правильно организовывать свою жизнь». Цели: рассказать о рациональном отдыхе, развивать, стойкую привычку к спорту, физической культуре, зарядке

«Я учусь охранять свою жизнь и здоровье». Цели: рассказать о здоровье человека, о сохранении целостности органов, об основных правилах безопасности поведения на улице и в помещениях

«Навыки здоровья». Цели: обслуживать себя, осуществлять контроль за самочувствием после физической нагрузки; самостоятельно выполнять правила гигиены, контролировать качество мытья рук, ног, шеи; уметь отдыхать, расслабляться; правильно и красиво есть, удобно сидеть за столом, не откидываться на спинку стула, не расставлять локти, пользоваться столовыми приборами, при необходимости вести беседу.

Самостоятельно, с опорой на картинку, схему рассказывать о ситуациях безопасности, как не нанести вред себе и другим людям, почему человек растёт, почему нужно заботиться о своем теле, быть и ладу с самим собой

«Отношение ребенка к себе, своему здоровью». Цели: осознать, что и» ПІКОС здоровье, красота, гармония и совершенство, сила, грации, понимать особенности функционирования человеческого тела, строение организма человека; активно использовать физические упражнения.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД

Сентябрь	
Тема	«Спорт — залог здоровья»
Цели	Воспитывать у детей привычку к здоровому образу жизни. Показать важность и пользу занятий спортом для здоровья. Формировать потребность в движении, стойкую привычку к спорту, занятиям физической культурой
Оборудование	Иллюстрации, отражающие различные виды спорта (это может быть тематический альбом или календарь); рисунки с изображением детей, занимающихся различными видами спорта, на которых отсутствуют необходимые предметы; демонстрационные карточки с изображением этих предметов; куклы Чих, Апчих, Ох
Методические приемы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Игровая ситуация. В гости приходят куклы Чих, Апчих, Ох. 2. Рассматривать альбом или иллюстрации с разными видами спорта и беседа по ним. 3. Физкультминутка на тематическом материале. 4. Дидактическое упражнение «Шифровки». Дети складывают из счетных палочек изображение любого вида спорта, а Чих старается отгадать. 5. Дидактическое упражнение «Исправь ошибки Чиха». 6. Педагог предлагает ответить на вопрос: «Чем же полезны занятия спортом для здоровья?»
Литература	«Как воспитать здорового ребенка» В. Г. Алямовская
Рекомендации родителям	Папка-передвижка, посвященная физическому развитию детей в детском саду
Октябрь	
Тема	«Безопасное поведение на улице» <i>Щ</i>
Цели	Знакомить детей с неприятностями, которые подстерегают человека, если он не выполняет правила безопасного поведения на улице
Оборудование	Иллюстрации с заданиями (предлагается определить, правильно или нет ведут себя дети); листы с точечными заданиями (соединить цифры по порядку от 1 до 15, получится автомобиль); сюжетные картинки с изображением играющих детей на проезжей части; книжка-открытка с памяткой правил поведения на улице; фломастеры, цветные карандаши
Методические приемы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беседа с детьми о том, где они обычно гуляют, что делают на прогулке, какие игрушки с собой берут, в какие игры играют. 2. Дидактическое упражнение «Соедини цифры по порядку от 1 до 15» и раскрась. 3. Воспитатель спрашивает детей, какие правила безопасного поведения на улице необходимо соблюдать. Правила. <ul style="list-style-type: none"> • Не играй на проезжей части. • Не перебегай дорогу перед движущимся транспортом. • Переходи улицу по пешеходному переходу и только на зеленый свет светофора. • Изучай и выполняй правила дорожного движения
Литература	«Дети, взрослые и мир вокруг» Н.Ф. Виноградова, «Букварь здоровья» Л.В. Баль, «76 способов как защитить вашего ребенка от преступников» Дж. Сименон

Рекомендации родителям	Поместить дома в игровом уголке ребенка книжку о правилах поведения на улице. Предложить книгу Дж. Сименона
Ноябрь	
Тема	«Дорожные знаки»
Цели	Закреплять знания детей о Правилах дорожного движения, научить различать и понимать некоторые дорожные знаки
Оборудование	Макеты дорожных знаков: «Железнодорожный переезд», «Дорожные работы», «Дикие животные», «Дети»; сюжетные картинки с изображением дорожных ситуаций с этими знаками; макеты или иллюстрации других дорожных знаков
Методические приемы	1. Игровая ситуация. Воспитатель включается с детьми в игру в «Центре ПДД» и по ходу игры выясняет у детей обозначения дорожных знаков и вносит новые. 2. Дидактическое упражнение «Расставь дорожные знаки на свои места и объясни». 3. Дидактическая игра «Дорожные знаки». Воспитатель показывает детям макеты дорожных знаков, дети называют их. 4. Физкультминутка. Игра-тренинг. 5. Внести новые знаки в сюжетную игру «Дорога»
Литература	«Безопасность» Н.Н. Авдеева, «Советы мудрого ворона» А.Ю. Шалобаев, «Про Правила дорожного движения» С.Ю. Волков
Рекомендации родителям	Стенд «Улица и дети»
Декабрь	
Тема	«Как устроен Я»
Цели	Познакомить детей с особенностями функционирования тела, строением организма. Углублять представления о себе, своих индивидуальных особенностях; формировать положительную оценку и образ себя
Оборудование	Силуэт тела человека; изображения девочки и мальчика (на каждого ребенка); фотографии детей разного возраста и членов их семей; фломастеры, цветные карандаши
Методические приемы	1. Просмотр альбома с фотографиями. 2. Беседа. 3. Физкультминутка. Ведущий, в быстром темпе называет разные части тела и лица, дети показывают их на себе. 4. Дидактическое упражнение «Создай свой портрет»
Литература	«Мое тело» А. Пиль, Атлас «Организм человека и охрана здоровья» Е.Б. Катинас, «Как мы устроены» Э. Дами
Рекомендации родителям	Беседовать с детьми о строении и функционировании человеческого тела
Январь	
Тема	«Витамины, полезные продукты и здоровый организм»
Цели	Рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья человека; объяснить, как витамины влияют на организм человека. Помочь понять, что здоровье зависит от правильного питания: еда должна быть не только вкусной, но и полезной

Оборудование	Карточки с буквами А, В, С, Д; цветные иллюстрации или картинки с изображением продуктов питания; силуэтное изображение тела человека со схемой воздействия витаминов на различные части организма
Методические приемы	1. Беседовать. 2. Рассматривать схему «В каких продуктах больше всего витаминов». 3. Физкультминутка. Воспитатель предлагает детям разложить продукты к соответствующему витамину. 4. Работа со схемой «Влияние витаминов на организм человека». • А — важен для зрения. • В — способствует хорошей работе сердца. • Д — делает наши ноги и руки крепкими. • С — укрепляет весь организм, делает человека более здоровым. 5. Дидактическое упражнение «Составь себе меню на обед». 6. Анализ меню детей с точки зрения полезности продуктов
Литература	«Как воспитать здорового человека» В. Г. Алямовская, «Уроки Айболита» Г.К. Зайцев, «Здравствуй, мир!» -А.А. Вахрушев
Рекомендации родителям	Консультация «Полезная пища». Оформить в уголке / картотеку блюд «Оптимальное меню для растущего организма»
Февраль	
Тема	«Что такое личная гигиена»
Цели	Уточнить и систематизировать знания детей о необходимости гигиенических процедур. Закрепить представление о правилах личной гигиены
Оборудование	Иллюстративный материал, отражающий необходимость выполнения гигиенических процедур
Методические приемы	1. Читать стихотворение «Девочка чумазая» А. Л. Барто. 2. Беседовать по содержанию произведения. Подвести детей к пониманию значения и необходимости гигиенических процедур. 3. Физкультминутка. 4. Дидактическое упражнение «Микроскоп». 5. Попросить детей ответить на вопрос, для чего нужно соблюдать правила гигиены
Литература	«Букварь здоровья» Л.В. Баль, «Уроки Айболита» Г.К. Зайцев
Рекомендации родителям	Систематически контролировать. Вести разъяснительные беседы о правилах личной гигиены
Март	
Тема	«Если ты потерялся на улице»
Цели	Учить детей правилам поведения на улице; определить круг взрослых людей, к которым можно обратиться за помощью; знать свой домашний адрес, номер телефона, уметь обозначить ориентиры, которые помогут найти его место жительства
Оборудование	Сюжетные картинки, изображающие ребенка на улицах города; альбомный лист на каждого ребенка; фломастеры, цветные карандаши
Методические приемы	1. Игровая ситуация. 2. Беседа. 3. Физкультминутка. Игровое упражнение «Если ты потерялся». Нарисовать дом, в котором ребенок живет, ориентиры, помогающие

	определить место жительства (если ребенок знает свой адрес и номер телефона, воспитатель поможет записать их на его рисунке)
Литература	«Основы безопасности жизнедеятельности» И.К. Топоров, «Здравствуй, мир!» А.А. Вахрушев, «Как обеспечить безопасность дошкольников» К.Ю. Белая
Рекомендации родителям	Учить с ребенком адрес, номер телефона
Апрель	
Тема	«Режим дня»
Цели	Рассказать о режиме дня и пользе его соблюдения
Оборудование	Схема режима дня дошкольника; иллюстративный материал, отражающий правильный и неправильный режим дня
Методические приемы	1. Беседа о том, что человеческий организм старается соблюдать свое внутреннее расписание, и очень важно этот порядок не нарушать. 2. Физкультминутка. Игра-тренинг. Воспитатель называет какой-либо режимный момент или часть суток, а дети изображают, что они в это время делают. 3. Дидактическое упражнение «Составь себе режим дня на выходной день». Дети раскладывают на столе цифровую цепочку; цифры обозначают соответствующую картинку, изображающую мальчика в разных режимных моментах
Литература	«Букварь здоровья» А. В. Баль
Рекомендации родителям	Соблюдать формулу здоровья: сон — движение — отдых — питание
Май	
Тема	«Съедобные и несъедобные грибы и ягоды»
Цели	Закрепить знания детей о съедобных и несъедобных грибах, ягодах, научить различать их по внешнему виду, рассказать об опасности их воздействия на организм
Оборудование	Иллюстрации съедобных и несъедобных грибов и ягод; картинки с изображением Ежика и Бабы Яги
Методические приемы	1. Воспитатель по очереди показывает детям картинки грибов и ягод и просит назвать их. 2. Беседа с детьми о съедобных и несъедобных грибах и ягодах. 3. Дидактическое упражнение. «Съедобные растения Ежику, а несъедобные — Бабе Яге». 4. Физкультминутка. Игра «Съедобное — несъедобное». 5. В конце занятия настольная игра «Сбор грибов и ягод», «Грибы»
Литература	«С любовью к природе» И.Д. Зверева, «Лесные тайны» В.В. Петров
Рекомендации родителям	Консультация «Как уберечь ребенка от ядовитых растений». Прогулки в лес

8. Критерии диагностики по валеологическому образованию

Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
<p>Высокий</p> <p>1. Ребенок самостоятельно выполняет все доступные возрасту процессы одевания, умывания, самообслуживания, бережно относится к своему телу.</p> <p>2. Ведет себя за столом в группе в соответствии с правилами при небольшой помощи взрослого.</p> <p>3. Проявляет инициативу и независимость.</p> <p>4. Стремится оказывать помощь взрослым, сверстникам, которые испытывают затруднения.</p>	<p>Высокий</p> <p>1. Ребенок полностью самостоятелен в выполнении правил и последовательности умывания, одевания, способов самообслуживания.</p> <p>2. Он отличается аккуратностью, адекватно оценивает культурно-гигиенические навыки сверстников и свои.</p> <p>3. Проявляет заботу о слабых детях, с радостью оказывает им помощь в одевании, умывании, быту.</p> <p>4. С помощью взрослого устанавливает связь между совершаемыми действиями и состоянием организма. «Я буду..., чтобы быть...».</p> <p>5. Целеустремлен в выполнении правил здорового образа жизни.</p>	<p>Высокий</p> <p>1. Ребенок полностью самостоятелен в выполнении правил и последовательности умывания, одевания, способов самообслуживания.</p> <p>2. Он отличается аккуратностью, адекватно оценивает культурно-гигиенические навыки сверстников и свои.</p> <p>3. Проявляет заботу о слабых детях, с радостью оказывает им помощь в одевании, умывании, быту.</p> <p>4. Ребенок самостоятельно выполняет все правила этикета.</p> <p>5. С помощью взрослого устанавливает связь между совершаемыми действиями и состоянием организма. «Я буду..., чтобы быть...».</p> <p>6. Целеустремлен в выполнении правил здорового образа жизни.</p>	<p>Высокий</p> <p>1. Ребенок полностью самостоятелен в выполнении гигиенических процедур и самообслуживания.</p> <p>2. Называет и понимает состояния здоровья и нездоровья.</p> <p>3. Бережно, заботливо относится к своему здоровью и здоровью других людей, сверстников.</p> <p>4. Беспокоится при нарушении правил гигиены, небрежном отношении к своему здоровью, готов оказать помощь в случае необходимости.</p> <p>5. Связывает поступки, условия жизни и здоровье.</p> <p>6. Знает особенности функционирования человеческого тела, строение организма.</p>
<p>Средний</p> <p>1. Ребенок требует помощи взрослого в застегивании верхней пуговицы, сложных координированных действиях, просит проконтролировать качество одевания, умывания, порядка в шкафчике.</p> <p>2. Ярко выражено стремление к самостоятельности в самообслуживании, желание самоутвердиться.</p> <p>3. По просьбе педагога оказывает помощь сверстникам, взрослым.</p>	<p>Средний</p> <p>1. Ребенок сам себя обслуживает, без напоминания правильно умывается, одевается, следит за своим внешним видом и порядком в группе.</p> <p>2. Однако контроль взрослого за самообслуживанием недостаточен, требуется помощь в оценке (помог накрыть стол, навел порядок).</p> <p>3. Иногда устанавливает связь между поведением и здоровьем.</p>	<p>Средний</p> <p>1. Ребенок сам себя обслуживает, без напоминания правильно умывается, одевается, следит за своим внешним видом и порядком в группе.</p> <p>2. Однако контроль взрослого за самообслуживанием недостаточен, требуется помощь в оценке.</p> <p>3. Иногда устанавливает связь между поведением и здоровьем.</p>	<p>Средний</p> <p>1. Самостоятелен в выполнении гигиенических процедур и самообслуживания.</p> <p>2. Сформированы привычки выполнения гигиенических процедур, ярко выражено стремление помочь малышам и старшим в оказании необходимой помощи.</p> <p>3. Связывает поступки, условия жизни и здоровье.</p> <p>4. Понимает особенности функционирования человеческого тела, строение организма.</p>

<p>Низкий</p> <p>1. Ребенок выполняет действия только с помощью взрослого, хнычет, не может сосредоточиться, стремление к самостоятельности выражено недостаточно, ожидает помощь даже в освоенном навыке умывания, одевания, самообслуживании.</p> <p>2. Игровые умения не использует, вещи разбрасывает.</p>	<p>Низкий</p> <p>1. Ребенок не уверен в себе, стремление к самостоятельности в процессе умывания, одевания, еды подавлено (без напоминания не может правильно умываться, следить за своим внешним видом).</p> <p>2. Постоянно требуется прямое напоминание взрослого о соблюдении порядка, иногда непосредственная помощь.</p> <p>3. Не развит интерес к выполнению правил здорового образа жизни.</p>	<p>Низкий</p> <p>1. Ребенок не уверен в себе, стремление к самостоятельности в процессе умывания, одевания, еды подавлено (без напоминания не может правильно умываться, следить за своим внешним видом).</p> <p>2. Постоянно требуется прямое напоминание взрослого о соблюдении порядка, иногда непосредственная помощь.</p> <p>3. Не развит интерес к выполнению правил здорового образа жизни.</p>	<p>Низкий</p> <p>1. Выполняет некоторые гигиенические процедуры.</p> <p>2. Понимает состояние своего организма.</p> <p>3. Гигиенические процедуры выполняет несамостоятельно, качество выполнения низкое, требуется помощь взрослого.</p> <p>4. Не понимает особенности функционирования человеческого тела, строение организма.</p>
---	---	---	---

Используемая литература

1. Колобанов В.В. Уроки Мойдодыра. Уроки Айболита. С-П.: Изд-во Агентство, 1997.
2. Чумаков Б.Н. Валеология. М.: Изд-во “Агентство”, 1997.
3. Баль Л.В., Ветрова В.В. Букварь здоровья. М., 2000.
4. Курс “Мир и человек”. Окружающий мир. М.: Изд-во “Баланс”, 1997.
5. Цузмер А.М., Петришина О.Л. Биология. Человек и его здоровье. М.: Изд-во “Просвещение”, 1986

