

Утверждаю
Заведующая МАДОУ д/с 115

Павленко Н.А.

2012 г.

**КРУЖОК ПО ВАЛЕОЛОГИИ
«БУДЬ ЗДОРОВ!»
ДЛЯ ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ**

Руководитель: Руднева О.А.

Кружок по валеологии «Будь здоров!»

Пояснительная записка.

Программа кружка по валеологии «Будь здоров!» разработана в соответствии с Законом «Об образовании», Типовым положением о дошкольных образовательных учреждениях и Концепции дошкольного образования.

Программа кружка рассчитана для детей 5-7 лет, основной целью которой является формирование у дошкольников представлений о здоровье, умениях и навыков здорового образа жизни и установок на заботу о своем здоровье.

Задачи образовательного процесса можно сформулировать следующим образом:

1. Помочь детям овладеть основами гигиенической и двигательной культуры.
2. Формировать элементарные знания о строении человеческого тела, о значении организма.
3. Обучать детей уходу за своим телом, навыками оказания первой элементарной помощи.
4. Развивать представление о том, что полезно, а что вредно для организма.
5. Формировать привычку ежедневных физических упражнений.
6. Изучать причины возникновения экстремальных ситуаций, умение находить выходы из них, соблюдение мер безопасности.
7. Выработать у детей осознанное отношение к своему здоровью, умение определить свое состояние и ощущение.

Основными средствами обучения детей является игра, наблюдение, беседы, экспериментирование, викторины, практическая деятельность. Занятия с детьми проходят с ноября месяца по май, 1 раз в неделю, продолжительность до 30 минут. Для определения уровня усвоения материала в конце каждого месяца проходит итоговое контрольно-проверочное занятие, итоги которого заносятся в таблицы (см. приложение). Диагностика валеологической культуры ребенка помогает выявить способы и образцы социального поведения, взаимодействия и общения со сверстниками и взрослыми. Выявляет осознанное отношение ребенка к здоровью и жизни человека, решение задач, связанных с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья, оказанием элементарной медицинской, психологической помощи и самопомощи. В работе используются такие методы диагностики как наблюдение, беседа, анкетирование, анализ продуктивной деятельности, вопросы к детям и др.

Показателями эффективности работы по валеологическому воспитанию детей будет наличие у детей:

- знание правил гигиены и ухода за своим телом;
- знание наиболее опасных факторов риска для здоровья и жизни;
- знание о том, как устроен человек, какие органы нуждаются в особой защите;
- знание о своем физическом развитии, уровне физической подготовленности.

Программа валеологического воспитания состоит из 7 разделов, каждый из которых делится на 4 темы, рассчитанных на 1 месяц.

- I. «Человек – живое существо»
- II. «В гостях у Мойдодыра»
- III. «Откуда берутся болезни»
- IV. «Золотые правила питания»
- V. «Овощи и фрукты - полезные продукты»

VI. «Человек и природа»

VII. «Помоги себе сам»

Раздел «Человек – живое существо» ставит перед собой задачи ознакомления детей со строением тела человека, с функциями основных органов и систем, с тем, что необходимо человеку для нормального существования. Человек не может прожить без тепла, света, без пищи и гигиенических навыков, без труда, человеческого общения и занятия спортом.

Раздел «В гостях у Мойдодыра» предполагает сформировать у детей элементарные гигиенические умения и навыки. Как правильно ухаживать за зубами и что влияет на здоровье людей, как водой и мылом можно предупредить различные болезни, закаливание организма водой, солнцем и воздухом.

Откуда берутся болезни» - название одного из разделов программы, из которого дети узнают о возникновении болезней и способов их профилактики, о формировании правильного отношения к своему здоровью.

Раздел «Золотые правила питания» предполагает дать детям представления о правильном и полезном питании, какие продукты полезны для организма, а какие – нет. Закрепить у детей правила поведения за столом и правила сервировки стола как теоретически, так и практически.

« Раздел «Овощи и фрукты – полезные продукты» ставит задачи: « Дать детям представление о витаминах, в каких продуктах они содержатся, и какую пользу приносят организму человека»

В разделе «Человек и природа» мы знакомим детей с охраной окружающей среды, учим называть и различать лекарственные и ядовитые растения и грибы.

Задача раздела «Помоги себе сам» заключается в следующем: «Формирование элементарных навыков оказания первой медицинской помощи умение вести себя умело в экстремальных ситуациях, обращаться за помощью в службу милиции, скорой помощи, пожарную службу.