**Консультация для воспитателей на тему  
«Береги здоровье»  
по освоению образовательной области «Здоровье»**

 I младшая группа

Здоровье – это состояние организма при определенном образе жизни. И для того, чтобы наши дети были здоровы, нам необходимо прививать здоровый образ жизни с раннего детства.

Чем боле крепким здоровьем и хорошими физическими данными мы вооружим наших детей в детстве, тем легче им будет приспособиться к новым социальным условиям.

Главное для нас – вырастить и воспитать здорового, умного, веселого ребенка.

Содержание образовательной области «Здоровье» направлено на достижение целей охраны здоровья детей и формирование основы культуры здоровья через решение следующих задач: сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, воспитание культурно-гигиенических навыков, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Освоение образовательной области «Здоровье».

В нашей группе мы создаем условия для активного накопления представлений детьми о здоровьесберегающем и безопасном поведении; организуем наблюдение и учим детей, как надо умываться и мыть руки, вытирать их насухо полотенцем, как пользоваться столовыми приборами, платком, салфеткой; как вести себя на улице и в группе, чтобы не нанести вреда своему здоровью, организуем деятельность репродуктивного характера (показ-повтор за взрослыми, пример сверстников, поощрение).

Проводим беседы с привлечением наглядности, рассматриваем с детьми алгоритмы процессов личной гигиены (мытье рук, чистка зубов), последовательность режимных моментов. Читаем детям потешки и стихи о гигиенических процессах, режиме дня, опасных для здоровья и жизни ситуациях и правильном поведении в случае их возникновения («Нос, умойся!» Э. Мошковской, «Мыльные пузыри» Э. Фарджен, «Хлюп-хлюп» С. Капутикян, «Зеркало» А. Кондратьева, «Тихо-тихо И.Токмаковой, «Берегись» С. Погореловского»), организуем на их основе несложные игры, которые помогают детям научиться умываться, чистить зубы, следить за чистотой рук и лица, внешней опрятностью и аккуратностью.

Используем разообразные игровые приемы, такие как «Научим хрюшу умываться», «Витаминки для петушка», «Как Петушок разбудил утром детей», «Научим чебурашку правильно сервировать стол». Создаем «моменты радости» в ванной комнате, в раздевалке, на улице, на протяжении всего режима.

«Радость умывания» - стихи: «Нос, умойся!» Э. Мошковская, «Мыльные пузыри» Э. Фарджен, «Хлюп-хлюп» С. Капутикян, «Микроб» О. Нэш, «Уши» Э. Мошковская, «Про глаза-глазенки» С. Погореловский, «Вот когда я взрослым стану» В. Приходько.

«Радость выглядеть опрятным» - стихи: «Носорог» Х. Белюк; «Зеркало» А. Кондратьев, «Радость здоровой пищи» - стихи «О пользе овсяной каши» Т. Собакин, «Зеленеет лук в воде» Ю. Мориц, «Хлебушко» С. Погореловский, «Кто с кем дружит» Р. Сеф, «Пирожок» Ю. Мориц, «Мы сварили плов» С. Капутикян.

Радость сна и покоя – стихи: «Тишина» Р. Сеф, «Тихо-тихо» И. Токмаково, «Доброй ночи» Й. Кайнаф, «Доброй ночи» И. Кондратьев, «Спать пора» П. Воронько.

Радость режима дня – стихи «Лягушонок» Е. Серова, «Секрет бодрости» А. Говоров.

Вовлекаем детей в поисковую деятельность, например: «Найди из картинок или предметов, что понадобится для умывания», «Помоги Мишутки разобраться, что мы делаем в детском саду, когда гуляем, когда обедаем, разложи картинки правильно друг за другом.

Организуем игры – эксперименты:

1 цикл – «Водичка – водичка»

2 цикл – «Я одеваюсь сам»

3 цикл – «Так привыкли мы к порядку».

Игры цикла «Водичка-водичка»

Игра – экспериментирование «Прозрачная вода»

Цели: Познакомиться с водой и ее свойствами (прозрачная, без запаха, льется), сформировать умения и навыки по использованию воды.

Игра – экспериментирование «Чистящая вода»

Цель: закрепить представление о том, что вода смачивает и очищает, сформировать умение мыть руки водой.

Игра – экспериментирование «Мокрые рукава и полотенце»

Цель: показать необходимость засучивать рукава и вытирать руки полотенцем насухо.

Игра – экспериментирование «Грязные и чистые руки»

Цели: закрепить представление о том, что вода очищает; сформировать навыки мыть руки через практикованные и экспериментирование с водой.

Игра – экспериментирование «Какой формы мыло»

Цели: закрепить представление о мыле, его полезных свойствах.

Игра – экспериментирование «Делаем мыльные пузыри»

Цель: познакомить детей со способом изготовления мыльных пузырей, со свойствами мыла; поддержать интерес к здоровьесберегающим предметам.

Игра – экспериментирование «Госпожа Зубная Щетка»

Цель: познакомить со свойствами зубной щетки (состоит из маленьких ворсинок, хорошо трет, чистит; закрепить культурно-гигиенический навык, ситуации практикования).

Игра «Путешествие в город Предметов личной гигиены»

Цели: обратить внимание, что вокруг нас много вещей. Среди них – предметы личной гигиены, которые помогают нам соблюдать чистоту и опрятность.

Игры цикла «Я одеваться сам могу»

Игра – экспериментирование «Что отражается в зеркале?»

Цель: познакомить детей с понятием «отражение», необходимостью использования зеркала человеком.

Игра – экспериментирование «А варежки – последние»

Цель: закрепить последовательность одевания вещей, уточнить, что в варежкам неудобно одеваться, поэтому их одевают последними.

Игра «Путешествие в страну Одежды»

Цель: продиагностировать что знают дети о назначении одежды и правилах ухода за ней; попрактиковаться в уходе за одеждой.

Игры цикла «Так привыкли мы к порядку»

Игра – путешествие «Путаница или что для чего»

Цель: выявить, что каждая вещь нужна для определенных действий и должна находиться на своем месте.

Игра «Путешествие в страну Чистоты»

Цель: продиагностировать дети о необходимости соблюдения чистоты и порядка, какие способы создания чистоты и порядка им знакомы и используются ими.

Игра «Путешествие в страну Игрушек»

Цель: продиагностировать что знают дети о необходимости соблюдения порядка в помещении, о необходимости убирать игрушки на место, быть бережным в обращении с ними.

Также знакомим детей с дидактической развивающей куклой «Чистюля» и доктором Айболитом. От их лиц мы проводим полезные игры-истории.

Игры-истории «Айболит проверяет состояний растений», «Айболит проверяет здоровье детей», «К нам спешит доктор Айболит».

Вовлекаем детей совместно с родителями в проектную деятельность. Предлагаем принести из дома полезные для здоровья предметы; оформить рисунки и поделки по мотивам потешек и стихов, раскрывающих детям необходимость соблюдения личной гигиены, режима дня и правил безопасного поведения, проиллюстрировать загадки и отгадки к ним.

Список использованной литературы:

1. В.А. Деркунская «Образовательная область «Здоровье».