**Доклад**

**на тему:**

**"Валеология с элементами драматизации".**

**Составила воспитатель**

**Смирнова Н.Н.**

**Валеология** - это наука о здоровье. **Цель**, которой научить ребенка быть здоровым физически, психически, нравственно. Порой бывает очень трудно убедить ребенка не есть снег, мыть руки перед едой, хорошо пережевывать пищу, а не заглатывать её целиком, чистить зубы, не смотреть долго телевизор и т.д. Ребёнку еще очень сложно установить взаимосвязь между болезнью и её причинами. Он не ощущает своего здоровья, не знает предела его резервов, уровня качества и заботу откладывает на потом.

В детском саду ребёнок получает извне все оздоравливающие или способствующие сохранению и укреплению здоровья воздействия, а сам остаётся пассивным. Как бы много не делали для здоровья наших детей, результат будет недостаточен, если к этому процессу не подключить самого ребенка. Он может многое сделать для себя самого, нужно только научить его этому и познакомить его со своим телом, организмом, его возможностями функционнирования.

**Главная задача** - поддержать имеющийся у детей интерес к собственному телу, его строению, научить помогать себе, бережно относится к своему организму и здоровью. Важно учить ребенка любить себя, свое тело, воспитывать в нем оптимистическое само- и мироощущение, что обеспечит более легкое, безболезненное вхождение малыша в социум и, как следствие, высокую жизненную активность.

В современной ситуации ребенка следует ставить в позицию субъекта, творца собственной жизни, хранителя своего здоровья.

Самое интересное и непонятное для ребенка - это он сам. Кто я? Какой я? Что я могу делать? Из чего я сделан? Что у меня внутри? ... - это только не большая часть вопросов, которые задает себе малыш. Ответить на них самостоятельно он не может, поэтому моя задача помочь ему в этом.

В начале года я начала знакомить детей своей группы с внешним строением тела человека.

Конспект занятия по ознакомлению детей старшей группы с организмом человека **" Вот я какой"** (прилагается).

Старалась это делать в игровой форме, легко непринужденно, эмоционально; используя разнообразные жизненные ситуации, режимные моменты, для того, чтобы показать ребенку, что "умеют" делать руки, ноги, зачем нужны глаза, уши, язык, почему нужно одеваться в холодную погоду и т.д.

На занятиях, беседах с детьми разучивались: русские народные песенки и потешки, стихи и отрывки из прозаических произведений известных детских писателей, для дальнейшей драматизации их.

Было произведено занятие на тему **"Кожа, или Живая одежда"** (конспект прилагается).

Цель этого занятия : дать детям представление от том, что кожа - естественный покров тела человека, она постоянно растет и обновляется, а также выполняет очень много разных функций ( основные - это защита от грязи, жары и холода и высокая чувствительность к различным механическим воздействиям и боли); воспитывать бережное отношение к своей коже, соблюдать чистоплотность.

Драматизация стихотворения Агнии и Павла Барто **"Девочка чумазая".**

На следующем занятии **"Береги здоровье с молоду"**, я рассказала детям о тех опасностях, которые могут их подстерегать в детском саду ( в группе, на участке) и как их можно избежать. После беседы в гости к детям пришел доктор Айболит (**драматизация эпизода из сказки К. Чуковского "Доктор Айболит").** Он познакомил (научил) детей элементарным способам и правилам обработки мелких ран, ссадин и царапин. Промыл водой, обработал йодом, зеленкой или перекисью водорода, если "шла и кровь", наложил бинты заклеил пластырем.

Так на основе этих занятий идет закрепление знаний частей тела, диагностика культурно - гигиенических знаний, воспитание бережного отношения к своему телу, желанию быть чистоплотным; закрепление правил безопасного поведения на угрожающих жизни и здоровью в группе и на прогулке, расширение и активизация словаря.