

# Валеологическое образование

«Познай себя»

**Цель. Формировать сознательное отношение к собственному здоровью, желание заботиться о здоровье.**

**Задачи.**

- 1. Активизировать знания детей о здоровье, ЗОЖ .**
  - 2. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни, познавать себя и свои возможности.**
  - 3. Формировать представление об индивидуальности каждого человека, раскрыть уникальность человеческого организма.**
  - 4. Учить детей избегать ситуаций, наносящих вред здоровью.**
- Виды деятельности (участие в беседах, чтение художественной литературы ,дидактические игры, музыкально-дидактические игры, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, точечный массаж, экспериментирование)**

**Проведение календарных, народных, сезонных праздников**

# Развлечение «В стране здоровья»







# Экспериментирование











*Спасибо за внимание!*

