

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/kontrolnaya-rabota/383112>

Тип работы: Контрольная работа

Предмет: Общая психология

Введение.....	3
Теоретический вопрос.....	4
Практическое задание.....	10
Заключение	15
Список литературы.....	16

Валеология — это наука поддерживать здоровье, вести активный образ жизни, приучаясь к нему с ранних лет. Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС) валеологическое просвещение подрастающего поколения признано одним из приоритетных направлений учебно-воспитательного процесса.

Назначение валеологии учёными рассматривается как организационный процесс раскрытия потенциала здоровья, заложенного в каждом человеке.

Однако вопрос формирования культуры здоровья у детей младшего дошкольного возраста остаётся актуальным и до конца не решённым на сегодняшний день.

Цели валеологического образования в ДОУ:

1. знакомство детей с понятиями «здоровый образ жизни», «основы безопасной жизнедеятельности»;
2. воспитание культуры взаимоотношений мальчиков и девочек, эмоционального общения;
3. приобщение к занятиям физической культурой и спортом;
4. формирование навыков личной гигиены;
5. воспитание бережного отношения к здоровью человека.

Критерии:

1. Имеет представления о своем здоровье, знает, как можно поддержать, укрепить и сохранить его.
2. Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения:
3. Умеет обслужить себя и владеет полезными привычками, элементарными навыками личной гигиены.
4. Умеет определить состояние своего здоровья (здоров он или болен),

высказаться о своем самочувствии, назвать и показать, что именно у него

болит, какая часть тела, какой орган.

5. Владеет культурой приема пищи (сидит спокойно, аккуратно

пережевывает пищу, не торопится, не говорит с набитым ртом, использует

правильно вилку и нож, пользуется салфеткой и т. д.).

6. Различает полезные и вредные для здоровья продукты питания, разумно

употребляет их.

7. Умеет выполнять дыхательную гимнастику и гимнастику для глаз,

физические упражнения.

Теоретический вопрос

Валеологическая культура дошкольников включает в себя несколько разделов, а именно: «Ознакомление с организмом человека», «Культурно-гигиенические навыки», «Основы безопасности жизнедеятельности», «Человек и природа», «Правильное питание», «Профилактика заболеваний».

Каждый из разделов характеризуется определенными показателями.

Раздел: «Ознакомление с организмом человека»

Показатели:

1. Обладает устойчивым уровнем представлений относительно человека о половых особенностях, а также об внешних особенностях.

2. Имеет понятия относительно строения тела человека, о том что есть различные органы и системы понимает принцип их работы.

3. Понимает обязательные факторы жизни, а также развития человека такие как питание, режим дня и так далее.

4. Есть представления относительно поведения человека, сохранности и укреплении здоровья, относительно пользы от каждодневных физических упражнений.

5. Способен верно выражать собственные эмоции, а также чувства, учитывает настроение, а также эмоциональное состояние тех, кто находится рядом.

6. Способен сам организовать определенную игровую деятельность, самостоятельно планировать собственную двигательную активность.

Раздел: «Культурно-гигиенические навыки»

Показатели:

1. Понимает, а также выполняет комплекс правил, направленных на уход за полостью рта.

2. Имеет представления об основных причинах зубной боли.

3. Обладает навыками самостоятельного обслуживания, а также имеет полезные привычки и кроме этого элементарные навыки личной гигиены.
4. Понимает основные правила и есть представления о разных видах закаливания организма.
5. Принимает участие в закаливающих процедурах как учреждении дошкольного образования, так и дома.
6. Обладает навыками одеваться по погоде.
7. Обладает навыками дыхательной гимнастики, массажа, а также самомассажа.
8. Без дополнительного напоминания, по мере надобности моет руки.

Раздел: «Основы безопасности жизнедеятельности»

Показатели:

1. Обладает навыками применения опасных бытовых приборов совместно со взрослыми.
2. Обладает правилами верного применения бытовых электроприборов совместно со взрослыми.
3. Знает и может точно назвать домашний адрес, а также место трудовой деятельности родителей и то каким образом возможно с ними можно связаться по мере надобности.
4. Обладает навыками элементарной личной безопасности от общения с посторонними людьми на улице.
5. Обладает навыками оказания элементарной медицинской помощи и себе и иным людям.
6. Обладает навыками использования телефона и знает номера службы спасения.
7. Обладает навыками и выполняет правила дорожного движения.
8. Обладает навыками культурного поведения в общественных местах, знает и выполняет правила безопасного поведения.

9. Обладает навыками и выполняет правила безопасного поведения в игровой деятельности.

1. Гаврючина Л. В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2008.
2. Голицына Н. С., Шумова И. М. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей. – М.: Издательство “Скрипторий 2003”, 2008.
3. Колбанов В. В. Валеология: основные понятия, термины и определения. – СПб.: Издательство ДЕАН, 2001.
4. Кулик Г. И., Сергиенко Н. Н. Школа здорового человека. Программа для ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2008.
5. Лазарев М. Л. Здравствуй!: Программа формирования здоровья детей дошкольного возраста: Руководство для детей дошкольных учреждений. – М.: Академия здоровья, 1997.
6. Педагогика здоровья: Программа и методическое руководство для УНК / Под ред. В. Н. Касаткина. – М, 1998.
7. Тарасова Т.А., Власова Л. В. Я и моё здоровье: Практическое пособие для развития и укрепления навыков здорового образа жизни у детей от 2 до 7 лет. Программа занятий, упражнения и дидактические игры. – М.: Школьная Пресса, 2008

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/kontrolnaya-rabota/383112>