

Здоровье – неоценимое счастье в жизни каждого человека и человеческого общества. Воспитание уважительного отношения к своему здоровью, привычку быть здоровым духовно и физически надо прививать ребенку с детства, чтобы у него в будущем формировался положительный образ здорового человека.



Я здоровье сберегу,

Сам себе я помогу!

Актуальность.

Особенно остро возникла проблема сохранения, укрепления и формирования здоровья, как целостной гармоничной системы стоит перед педагогами медицинскими работниками, трудовая деятельность которых связана с детьми с ограниченными возможностями здоровья. Поэтому была разработана программа кружка «Будь здоров», с учетом возраста детей, их интеллектуального и психологического развития. Данная программа предназначена для формирования у детей с ограниченными возможностями здоровья сознательного отношения к вопросам личной безопасности, привития культуры безопасного отношения к себе и окружающим людям, формирование знаний, умений и навыков по основам здорового образа жизни.

Новизна программы в том, что

организация деятельности детей с ограниченными возможностями здоровья строится на основе структурированных занятий кружка. Такой подход позволяет поддерживать физическую и умственную работоспособность обучающихся на оптимальном уровне в течении всей рабочей недели, не вызывая утомления, что, в свою очередь, дает положительный оздоровительный эффект, создает условия для формирования мотивации здоровья.

Программа направлена на формирование навыков сохранения здоровья через полученные знания об особенностях своего организма, о закономерностях его функционирования и принципах здорового образа жизни.

Она включает в себя как теоретическую, так и практическую часть.

Задачи. Достижение поставленной цели связывается с решением следующих задач:

- Формирование у детей мотивации к здоровому образу жизни;
- Формирование навыков ответственного, бережного отношения к своему здоровью;
- Профилактика и преодоление вредных привычек;
- Формирование навыков личной гигиены;
- Воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, есть овощи и фрукты, чтобы противостоять болезни;
- Развитие потребности самосовершенствования своих физически, психических и творческих способностей.

В результате изучения дети овладеют:

- знаниями о здоровье, как одной из важнейших человеческих ценностей,
- навыками укрепления здоровья,
- знаниями о правилах питания, направленных на сохранение и укрепления здоровья и готовности выполнять эти правила,
- знания о правила личной гигиены.



Областное бюджетное учреждение социального обслуживания «Детский дом-интернат для умственно отсталых детей имени Ушинского»

Кружок «Будь здоров»

