**Задачи здоровьесберегающих технологий**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тип задач | Первая и вторая младшие группы (1,5–4 года) | Средняя и старшая группы (4–6 лет) | Подготовительная группа (6–7 лет) |
| Образовательные | - Сформировать представления о полезной пище;- рассказать о работе медсестёр и врачей;- сформировать представления о том, что такое здоровье;- пополнять словарный запас. | - Сформировать первоначальные представления о работе организма (органов зрения и слуха, головного мозга, мышц, внутренних органов);- пополнять словарный запас;- научить сбалансированно питаться и соблюдать питьевой режим. | - Научить простым техникам самостоятельного снятия физического и эмоционального напряжения (пальчиковые игры, дыхательные упражнения, самомассаж);- передать знания о болезнях и способах защиты от них. |
| Развивающие | - Развивать координацию движений и двигательные навыки;- развивать тактильное восприятие и мелкую моторику;- развивать внимание и умение повторять показываемые действия;- формировать и совершенствовать культурно-гигиенические навыки. | - Закрепить культурно-гигиенические навыки;- совершенствовать точность, гибкость, ловкость движений;- развивать все виды восприятия;- сформировать умение действовать (выполнять упражнения) по команде. | - Повысить двигательную активность;- осуществлять профилактику умственного перенапряжения;- развивать аналитические способности и логическое мышление. |
| Воспитательные | - Воспитывать аккуратность и опрятность;- создать положительную мотивацию к правильному питанию, регулярным физическим тренировкам. | - Воспитывать чувство коллективизма;- прививать полезные привычки, желание заниматься спортом. | - Научить избегать вредных привычек;- воспитать осознанное отношение к личной гигиене;- стимулировать и поощрять желание самостоятельных тренировок. |