**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. |