

Система работы
МБДОУ Детский сад № 12 «Золотой ключик»
по здоровьесберегающей технологии
М.Л. Лазарева «Здравствуй»

Тема сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения всегда была и остаётся самой актуальной в обществе. Среди значимых для человека ценностей одно из ведущих мест занимает здоровье. Оно играет огромную роль в процессе формирования и развития личности с самого раннего детства.

Формирование здоровья детей является приоритетным направлением деятельности любого дошкольного учреждения. В настоящее время, в связи с ухудшением здоровья населения и детей, особенно остро стоит проблема взаимодействия ДОУ и семьи по воспитанию здорового подрастающего поколения. Важное место в решении этой социально значимой проблемы занимает детский сад.

Только в условиях совместной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика показателей, характеризующих здоровье детей и их ориентацию на здоровый образ жизни.

Нас заинтересовала оздоровительно-развивающая программа «Здравствуй» М.Л. Лазарева, направленная на оздоровление детей в детском саду и в семье. Изучив литературу, решили адаптировать ее в нашем детском саду.

М.Л. Лазарев утверждает, что здоровая личность - это личность физически развитая, образно мыслящая, ярко индивидуальная, целеустремленная, социально ответственная. Разработанная им оздоровительно-развивающая программа «Здравствуй!» имеет гриф «Допущено Министерством образования РФ».

Программа «Здравствуй» - построена содержательно и технологично, предполагает тесное сотрудничество педагогов, специалистов и родителей.

Цель здоровьесберегающей деятельности: сохранение и укрепление здоровья детей, улучшение их двигательного статуса с учётом индивидуальных возможностей и способностей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи:

- обеспечить условия для физического и психологического благополучия участников воспитательно-образовательного процесса;
- формировать доступные представления и знания о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах;

- реализовать системный подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей детей;
- формировать основы безопасности жизнедеятельности;
- оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни.

Дошкольное детство - самоценный период жизни (А.В.Запорожец). С учетом этого, реализуя оздоровительно-развивающую программу М.Л. Лазарева «Здравствуй!», мы создаем особый микромир, включающий сказки, песни, рисунки, ритуалы и игры. Основными персонажами сказок являются герои - здоровячки. Каждая сказка - это игра, направленная на раскрытие того или иного психофизиологического качества.

Материал программы мы представляем детям в виде **модели цветка здоровья, любой листок которого - это одна из сфер жизнедеятельности ребенка**. Содержание каждого «лепестка», являясь отдельной темой, изучается в течение целого года (с октября по апрель). Дети осваивают все основные темы программы и закрепляют их на праздниках здоровья - Здравиадах.

В сказках основные идеи предлагаются детям через следующие образы: Здравик, Фырка, Огник, Яник, Ростик и др. Сказочные образы – юные учителя здоровья помогают детям осуществлять правильный выбор, разрешать противоречия и решать проблемы личностного здоровья. Любое занятие имеет свой сюжет, в котором принимают участие сказочные персонажи. С целью социального подкрепления изучаемого на занятиях материала мы проводим цикл игр, упражнений, праздников. Кроме того, небольшой оперный репертуар, рекомендуемый автором, позволяет закреплять полученные оздоровительные навыки каждого ребенка и всей группы детей на музыкальных занятиях и в театрализованной деятельности.

Содержание программного материала интегрируется с основным программным содержанием изобразительной, музыкальной, речевой и физкультурно-спортивной деятельности.

Содержание оздоровительно-развивающих занятий основывается на Книге сказок, Книге песен, рабочей тетради, модели «Цветок здоровья», а также на различных пособиях «Игротеки здоровья».

Книги сказок включают сказки о здоровье с песнями, играми и упражнениями. Героями сказок являются Здоровячки и хлюпик Фырка. Сказки способствуют формированию у детей познавательной мотивации здоровья.

Книга песен представляет собой сборник программных песен, которые мы разучиваем с детьми на Уроках здоровья. Песенные программы первой и второй ступеней обучения включают более 120 песен таких, как «Песенка Здравика», «Песенка Фырки», «Веселые движения» и др.

«Игротека здоровья» включает более 30 пособий. Среди них «Карта здоровья», «Домик здоровья», «Цветная дорожка»...

На занятиях широко используется работа с пластилином. Эффективной является лепка пластилиновых фигурок, изготовление плоских пластилиновых картин на твердой основе.

Работа с семьёй в рамках реализации здоровьесберегающей программы «Здравствуй»

Одним из обязательных условий воспитания культуры здоровья ребенка становится культура здоровья семьи.

Взаимодействие ДОУ и семьи в здоровьесберегающей деятельности осуществляем через проведение совместных мероприятий (Здравиады, праздники и развлечения по темам Программы, музыкальные гостиные), а также через консультирование родителей в вопросах поддержания интереса детей к оздоровительной деятельности.

Главная идея Здравиады - это помощь в нахождении, выборе и реализации ребенком индивидуальной личностной зоны роста, своей отличительной особенности. Это большой яркий праздник, объединяющий общей идеей коллектив детей педагогов и родителей. Она включает в себя семь конкурсов в области здоровья (семиборье здоровья), которые направлены на выявление функциональных особенностей (двигательных, дыхательных, психоэмоциональных), функционального профиля личности.

Анализ результатов осенних, весенних и летних «Здравиад» показал положительный рост достижений каждого ребенка, что, несомненно, ведет к укреплению здоровья.

Таким образом, воспитывая здорового ребенка, мы способствуем формированию здорового образа жизни семьи, и, следовательно, создаем условия для укрепления здоровья нации.

**Программа «Здравствуй!» - для нас успех,
Программа «Здравствуй!» - здоровье, песни, смех,
Здравствуй, день чудесный, здравствуй, солнца свет!
Лучше той программы просто в мире нет!
Ведь по программе этой живут не только дети.
«Здравствуй, здоровье» - ты лучшая на свете!!!**

