

Солдатова Наталия Львовна

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида № 338 городского округа Самара

Самарская область, г. Самара

ВНЕДРЕНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ «ЗДРАВСТВУЙ» М.Л. ЛАЗАРЕВА В ПРОЦЕСС ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Оздоровительно-развивающая программа «Здравствуй», разработанная М.Л. Лазаревым в 1995 году и доработанная в 2004 году, имеет актуальность в процессе воспитания дошкольников в настоящее время.

Курс разработан на основе современных научных подходов к воспитанию детей дошкольного возраста. В программу курса входят не только оздоровительные, но и познавательный элементы, способствующие воспитанию личности ребенка. Материал затрагивает психоэмоциональную сферу, расширяет кругозор детей, развивает их как физически, так и эстетически.

Особую роль играет в курсе музыка, которая является не только дополнительным материалом, а интегральной основой всего курса, позволяющей организовать межфункциональный тренинг организма ребенка.

Содержание курса включает в себя обширный сказочный материал, отражает и формирует внутренние потребности физиологического, психического и личностного роста ребенка.



По программе М.Л. Лазарева «Здравствуй» я занимаюсь на протяжении семи лет. Все занятия в форме «Уроков здоровья» проводятся мною во второй половине дня один раз в неделю в старшей группе. Перед началом учебного года с воспитателями и старшим воспитателем проводятся собеседования по изучению программы.

Оздоровительная деятельность включает следующие виды работы:

- *оздоровительные паузы;*
- *утренняя зарядка;*
- *пальчиковая гимнастика;*
- *игры здоровья;*
- *консультации для родителей.*

Любое занятие имеет свой сюжет, в котором принимают участие сказочные персонажи. Большое внимание уделяется музыкальному материалу: с детьми разучиваются песни и звуковые упражнения.

Изобразительная деятельность предусматривает визуализацию разученного материала в виде рисунков и путем изготовления пособий. Данный вид деятельности помогает проводить воспитатель группы.

Инструктор по физкультуре включает материал для закрепления и развития двигательных навыков ребенка.

Программа оздоровительных занятий предполагает четыре основных урока здоровья в месяц. Содержание уроков изложено в начале новых тем.

Первая тема: «Веселые движения».

Цель: оптимизировать двигательную активность ребенка, формировать у него двигательную мотивацию.

Вторая тема «Цветок здоровья».

Цель: формировать у ребенка цельные представления о себе как о члене семьи.

Третья тема «Волшебное зеркальце».

Цель: научить ребенка любить себя, свой организм и окружающих людей.

Четвертая тема «Полезная еда»

Цель: научит ребенка осознанно подходить к питанию.

Пятая тема «Чудо нос»

Цель: улучшить функцию внешнего дыхания.

Шестая тема «Вода и мыло»

Цель: обучить ребенка способам профилактики инфекционных заболеваний и основным гигиеническим навыкам.

Седьмая тема «Целебные звуки»

Цель: научить ребенка петь и хорошо говорить.

Особое место в курсе занимает диагностика. Она включена в процедуру урока здоровья таким образом, что дети воспринимают все как игру, предложенную персонажами сказок. Старшим воспитателем, инструктором по физвоспитанию и мною проводится на начало и конец года двигательная диагностика детей. Из результатов обследования видно, что двигательная активность детей улучшалась, высокий уровень координации в среднем на 8,5%, средний уровень на 7%.

В течение года отслеживается эмоциональное благополучие каждого ребенка, способность адекватно оценивать себя. На конец учебного года сделаны выводы, что данные, полученные при обследовании каждого ребенка на способность адекватно оценивать себя в начале учебного года свидетельствуют, что примерно 7% имеют низкий уровень, 42,5% - средний и 67,5% - высокий уровень эмоционального развития..

В конце года дети показали высокий уровень самооценки и эмоционального развития. Значит занятия, проводимые в течение всего года не прошли зря, и у каждого ребенка - дошкольника сформировались позиция



признания ценности здоровья. Эмоциональное благополучие на конец года составило высокий уровень 100%.

Так же проводятся психологические исследования детей на начало и конец года (память, речь, самооценка). Показатели на конец года выше, чем были в начале года.

В течение года проводится работа с родителями. Совместно с детьми родители выполняют задания по изготовлению панно «Цветок здоровья семье», готовят рассказы о родственниках.

Развитие дошкольников происходит в динамике, занятия по программе «Здравствуй» М.Л. Лазарева положительно влияют на физическое, нравственно - эмоциональное состояние, здоровье детей.

Оздоровительно-развивающая программа «Здравствуй» отличается эмоциональным содержанием, интересна и доступна детям. Она помогает заботиться о своем здоровье, беречь, уважать, понимать себя и окружающих людей, формирует чувство собственного достоинства.

Я с большим интересом и желанием использую в своей практике программу М.Л. Лазарева «Здравствуй»!

