

**Тема: «Использование здоровьесберегающей
технологии М.Л. Лазарева в работе с детьми
дошкольного возраста».**

Воспитатель: Полуворченко Г.М.

2019 г.

Актуальность

Применение здоровьесберегающих технологий в ДОУ является одним из необходимых условий сохранения здоровья детей. Детский сад должен стать здоровьесберегающей средой, где любая деятельность: учебная, спортивная, игровая, приём пищи, двигательная активность – будет способствовать воспитанию у детей привычек и потребностей к укреплению своего здоровья.

Пояснительная записка М. Л.Лазарев в своей программе «Здравствуй» предлагает технологии, эффективно развивающие здоровье и личность ребенка. В основу оздоровительной программы положен «Комплекс здоровья»- совокупность всех основных психологических факторов и условий, влияющих на физическое здоровье.

Работа по данному направлению заключается в организации в процессе ежедневной деятельности дошкольников оздоровительной работы, связанной с формированием мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни, где основное внимание уделяется сохранению психического развития ребенка. У ребенка - дошкольника формируется позиция признания ценности здоровья. В данной программе разработан метод оздоровления, в котором формируется особый род деятельности – оздоровительная, и особый вид мотивации – мотивация здоровья. Работа по оздоровлению ведется в первую очередь с помощью музыки, путем формирования у детей эмоционально- музыкальной доминанты. Использование оздоровительно-развивающей, парциальной программы М.Л. Лазарева «Здравствуй», помогает в работе направленной на оздоровление детей в детском саду и семье.

Цель: На личностном уровне научить ребенка любить себя, научить навыкам здоровья – это дыхание, питание, движение, расслабление, настроение и личная гигиена.

При этом основная цель программы не сообщение информации, а воспитание мотивации, которую формируют три компонента: физиологический

(потребность в дыхании, сне, питье и пище), познавательный (увеличение плотности информационного потока) и социальный (потребность в общении)

Задачи программы:

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.

Условия реализации

1. Форма организации учебно-воспитательного процесса - фронтальные занятия, проводимые 1 раз в неделю, длительностью: 25 минут - с детьми 5-6-го года жизни. Тематическое планирование предполагает, что обозначенные темы проходят через все виды детской деятельности.

В целом оздоровительная деятельность включает следующие виды работы и типы занятий.

Виды оздоровительной работы

№	Вид оздоровления	Регулярность	Кто проводит
1	Музыкальные уроки здоровья	1—2 раза в неделю	Музыкальный руководитель
2	Оздоровительные паузы	Ежедневно	Воспитатель
3	Физкультурные занятия	1 раз в неделю	Воспитатель по физкультуре
4	Утренняя зарядка	Ежедневно	Воспитатель
5	Корректирующая гимнастика	По расписанию	Воспитатель по физкультуре
6	Закаливающие процедуры	Ежедневно	Воспитатель
7	Тонизирующие и витаминизированные напитки	По расписанию	Медицинская сестра
8	Психологический тренинг	По расписанию	Психолог, воспитатель
9	Пальчиковая гимнастика	Еженедельно	Воспитатель
10	Игры здоровья	2 раза в год	Воспитатель
11	Родительские семинары	Ежемесячно	Воспитатель
12	Диагностика здоровья	Ежемесячно	Медицинская сестра, воспитатель-санолог
13	Праздники	Ежемесячно	Воспитатель
14	Оздоровительные занятия для сотрудников	Еженедельно	Воспитатель по физкультуре
15	Консультативно-оздоровительные занятия для родителей	Еженедельно	Воспитатель-санолог

2.

Итогом выполнения программы является:

- Улучшение состояния здоровья
- Повышение уровня физической подготовленности.
- Продукты детского творчества. Книга рисунков.
- Повышение знаний о своём здоровье и об окружающем мире.
- Навыки по самооздоровлению и самообслуживанию.

Формы занятия: путешествия - сказки, включающие в себя игры, массаж, гимнастику пальчиковую, этюды, психогимнастику

Каждое занятие начинается с мотива здоровья.

Вся здоровьесобудующая деятельность, проводится в игровой форме; создается особый микромир, включающий сказки, песни, рисунки, ритуалы и игры. Каждая имеет свой сюжет, в котором принимают участие сказочные персонажи - герои- здоровячки. Познавательный материал в виде сказок о

здоровье сочетается с практическими заданиями. Каждая сказка - это игра, направленная на раскрытие того или иного психофизиологического качества сфер личности.

Цветок Здоровья – символ программы «Здравствуй».

В программу входят семь основных тем: «Веселые движения», «Цветок Здоровья», «Волшебное зеркальце», «Полезная еда», «Чудо - нос», «Вода и мыло», «Целебные звуки».

В изучении основных тем помогают герои Космического Совета - юные учителя здоровья планеты Семитония: Огник- источник огня, Орси – частичка земли, Яник- частичка солнца, Ростик- росток, частичка флоры, Йоник- частичка воздуха, Капелия- частичка воды, Вита- нотка звука.

Каждый здоровячок, персонифицирует одну из областей оздоровления. Дети, путешествуя вместе с самым главным здоровячком - Здравиком по странам Пламя, Ростия и др., узнают, что надо делать, чтобы быть здоровым! (Я дышу, пью и ем, думаю, живу в семье, пою и говорю, двигаюсь, закаляюсь) и учат Фырку – заколдованного волшебником здоровячка.

В начале и в конце учебного года проводится Здравиада, где дети показывают свои достижения: что умели, и чему научились в течении года.

Тематический план занятий для старшей- подготовительной группы

месяц	Учитель здоровья	Тема занятия	группа	Количество часов
сентябрь		Осенняя здравиада	Все группы	2 часа
октябрь	огник	Волшебство силы и самостоятельности	старшая	2 часа
			подготовительная	2 часа
	яник	Волшебство общения	подготовительная	2 часа
			старшая	2 часа
ноябрь	огник	Волшебство силы и самостоятельности	старшая	2 часа
			подготовительная	2 часа

	яник	Яник и семитоник	подготовительная	2часа
			старшая	2часа
декабрь	орси	Волшебство вежливости	старшая	4часа
			подготовительная	
	яник	Волшебство личного достинства	подготовительная	4часа
			старшая	
январь	ростик	Волшебство зубной щетки	старшая	4часа
			подготовительная	
	яник	Яник из страны Светия	подготовительная	4часа
			старшая	
февраль	Яник	Волшебные камушки	старшая	4часа
			подготовительная	
	Йоник	Волшебство долгого звука	подготовительная	4часа
			старшая	
март	яник	Волшебство защиты слабых	старшая	4часа
			подготовительная	
	вита	Вита из страны Витония	подготовительная	4часа
			старшая	
апрель	капельия	Волшебство закаливания	старшая	4часа
			подготовительная	
	вита	Волшебство исцеления голоса	подготовительная	4часа
			старшая	
май		Весенняя здравиада	Все группы	2 часа
всего			подготовительная	32часа
			старшая	32часа

Формы работы с родителями: беседы, совместные занятия, консультации, мастер-классы

