

«Повышение резервов здоровья, формирование мотивации и навыков здорового образа жизни воспитанников через внедрение программы М. Л. Лазарева «Здравствуй!» в условиях реализации федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

Что главное в воспитании детей? Ребенок должен расти здоровым. Здорового ребенка легче воспитывать, легче обучать. У него быстрее устанавливаются все необходимые умения и навыки. На протяжении многих лет под здоровьем в обществе понималось отсутствие болезней. Из этого следовало, что здоровьем должен заниматься врач. Однако со временем стало понятно, что никто не может помочь человеку улучшить здоровье, если он сам этого не захочет и не будет над этим трудиться. Именно поэтому одной из важнейших задач ФГОС ДО является необходимость воспитания у молодого поколения отношения к здоровью как к жизненной ценности.

Понимая значимость охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе из эмоционального благополучия привел коллектив МБДОУ «Балтасинский детский сад №5 комбинированного вида» к решению заниматься проблемой более углубленно.

В апреле 2015 года к нам приехал на республиканский семинар на тему «Новые здоровые берегающие технологии в дошкольных учреждениях в рамках ФГОС» профессор, кандидат психологических наук, детский врач Лазарев Михаил Львович. Прослушав семинар нас, заинтересовал оздоровительно-развивающая программа М.Л. Лазарева «Здравствуй», направленная на оздоровление детей в детском саду и в семье, решили адаптировать ее в нашем детском саду.

Преимуществом программы является формирование представлений о здоровом образе жизни на уровне знаний, умений и стойких привычек. В основе заложена философия здоровья, создающая благоприятные условия для формирования умственной деятельности, предполагающее гармоничное развитие ребенка с помощью музыки, движения и цвета. Многие упражнения Лазарева способствуют решению логопедических задач. В программе реализуется принцип единства духовной и физической составляющей здоровья. Её цель: на личностном уровне научить ребенка любить себя.

Программа «Здравствуй!» представляет собой музыкальные уроки здоровья, которые включают обширный сказочный материал, содержат оздоровительные и познавательные элементы, формируют внутренние потребности физиологического, психического и личностного роста детей.

Курс дошкольной подготовки «Здравствуй» предназначен для работы с детьми 3-7-летнего возраста, разработан на основе современных научных

подходов к воспитанию детей дошкольного возраста в рамках существующих образовательных стандартов, написан и систематизирован с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста (как здоровых, так и ослабленных), а также из разного уровня их психического развития.

Составляющие УМК «Здравствуй!»: Оздоровительно-развивающая программа, учебно-методическое пособие для педагогов ДОО, дошкольная подготовка: для учебно-методическое пособие для педагогов. Книга сказок в четырех частях («Фырка и здравик. Воздушный волшебник. Синяя капелька. Музыкальная радуга здоровья»); Рабочая тетрадь в четырех частях («Я расту. Я дышу. Я закаляюсь. Я пою и говорю»); Книга песен (ноты) в четырех частях. Особая роль отводится музыке, которая является не дополнительным материалом, а интегральной основой всего курса, позволяющей организовать межфункциональный тренинг организма ребенка. Методическое пособие: Музыкальный альбом для детей и взрослых на двух компакт-дисках «Здоровячок!» - это путешествие с главным здоровячком – Здравиком с Планеты Семитония по разноцветным странам. По дороге дети будут петь и играть в музыкальные игры: Красная страна Пламя – школа движения, оранжевая страна Орсия – школа психологии, желтая страна Светия – школа интеллектуального развития, зеленая страна Ростия – школа питания, голубая страна Эфирия – школа воздушного закаливания и дыхательного развития, синяя страна Акватония – школа закаливания водой, плавания и гигиены, фиолетовая страна Витония – школа речевого и вокального развития.

Для реализации совершенствования системы оздоровительных мероприятий, взаимодействия педагогов, специалистов ДОО и родителей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста мы используем не полностью программу, а элементы оздоровительно-развивающей программы М. Л. Лазарева «Здравствуй!».

В детском саду действует кружковая работа «Здравик», в котором решаются задачи, поставленные программой М. Л. Лазарева «Здравствуй!». Во время учебного года проводятся занятия, в которых формируются представления о здоровом образе жизни, познакомятся с героями данной программы. Был составлен план дополнительного образования оздоровительных мероприятий. В процессе дети заучивают волшебные слова в виде небольших песенок, названных мотивами здоровья. Из этих мотивов, которые периодически повторяются, постепенно формируется музыкальная мотивация здоровья, которая через эмоциональный фактор закрепляет формирование общей мотивации здоровья. После мотива здоровья дети с героями сказки изучают разделы темы, выполняют задания, играют, решают задачи, рисуют и конструируют на тему урока. Каждый урок строится по определенной схеме и решает познавательные, оздоровительные и исследовательские задачи.

В группах появились спортивные уголки, макеты героев программы. В физкультурном занятии использовались нетрадиционные техники оздоровления детей.

Общее количество заболеваний в 2017 – 2018 учебный год по сравнению с заболеваемостью за 2016 - 2017 учебном годом по числу случаев и количеству пропущенных дней уменьшилось. Случаев инфекционных заболеваний не зафиксировано, а соматических – уменьшилось более чем на 2 раза. Средний показатель пропусков по болезни на 1 ребенка - 5 дней, что не превышает муниципальный уровень заболеваемости детей дошкольного возраста.

Анализируя заболеваемость детей, выявилось, что число ни разу не болевших детей на учебный год по сравнению с того годом выросло на 15 раз. Можно сделать вывод, что улучшение в здоровье детей есть, проведенная работа имеет свою эффективность. Необходимо продолжить работу по данному направлению.

Литература

М.Л.Лазарев. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных образовательных учреждений «Здравствуй!». М., «Мнемозина», 2004.