

## **Аннотация к программе «ЗДОРОВЬЕ»**

**Автор В. Г. Алямовская**

Программа представляет комплексную систему воспитания ребенка- здорового физически, разносторонне развитого, инициативного, раскрепощенного.

Программа включает четыре направления:

1 Физическое здоровье - программа «Группы здоровья».

2 Психологическое благополучие - программа «Комфорт».

3 Духовное здоровье - программы «Город мастеров», «Школа маленького предпринимателя».

4 Нравственное здоровье - программы «Этикет», «Личность».

Созданию программы «Группы здоровья» способствовали результаты проведенного исследования, которое убедило коллектив в том, что по общепринятой программе физического воспитания, рекомендованной «Программой воспитания и обучения в детском саду», не реализуется потребность детей в движении.

Задачи программы:

- укрепление здоровья;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- развитие физических качеств;
- создание условий для реализации потребности в двигательной активности;
- выявление интересов, склонностей, способностей;
- приобщение к традициям большого спорта.

Содержание программы раскрывается не в соответствии с возрастными группами, а по направлениям. Программа включает в себя пять разделов.

В первом разделе представлены организация и методика проведения разных вариантов физкультурно-оздоровительных мероприятий:

- утренняя гимнастика (в виде подвижной игры, танцевально-ритмической гимнастики, спортивной тренировки смешанного типа, на тренажерах, на полосе препятствий, оздоровительный бег на воздухе);
- физкультурное занятие (обычного типа, сюжетно-игровое, на танцевальном материале, на спортивных тренажерах, занятие-прогулка, занятие-зачет, тренировка, занятие серии «Забочусь о своем здоровье», игровое);
- гимнастика после сна (игровая, на тренажерах, оздоровительный бег, лечебно-восстановительная, музыкально-ритмическая).

Автор уделяет внимание проведению утренней гимнастики и физкультурных занятий на воздухе (из 4-х занятий одно проводится в зале), что позволяет создать оптимальный двигательный режим. Отличительная особенность планирования утренней гимнастики заключается в том, что на месяц составляются 3-4 комплекса, которые используются педагогом в соответствии с погодными условиями.

В приложении описана система обучения детей группы раннего возраста основным видам движений в течение года.

Во втором разделе раскрывается организация лечебно-профилактической работы.

Здесь представлены план лечебно-профилактических процедур в течение года,

система закаливания в каждой возрастной группе, требования, предъявляемые к одежде детей при проведении занятий на воздухе, в группе.

В третьем разделе кратко представлена диагностика физического развития, поскольку автор ссылается на рекомендации программы «Радуга». В приложении дается образец индивидуальной диагностической карты дошкольника.

В четвертом разделе программы уделяется внимание воспитанию у дошкольников потребности в здоровом образе жизни. В разделе перечисляются основные направления воспитания у детей потребности в здоровом образе жизни: привитие культурно-гигиенических навыков, формирование представлений о строении тела человека, обучение детей уходу за своим телом. В пятом разделе описываются особенности совместной работы ДОО и семьи по воспитанию здорового ребенка.