

Программа «Здоровье» (Автор: В. Г. Алямовская).

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

Программа включает четыре направления. В основе каждого направления лежит своя программа:

1. Физическое здоровье – программа «Группа здоровья».
2. Психологическое благополучие – программа «Комфорт».
3. Духовное здоровье – программы «Город мастеров», «Школа маленького предпринимателя».
4. Нравственное здоровье – программы «Этикет», «Личность».

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 различных видов физкультурно – оздоровительных мероприятий:

- утренняя гимнастика – танцевально – ритмическая, на тренажерах, на полосе препятствий, на воздухе, смешанного типа, в виде подвижной игры, спортивной тренировки, оздоровительного бега;
- физкультурное занятие – обычного типа. Сюжетно – игровое, танцевальное. На спортивных тренажерах, занятие – прогулка, занятие – зачет, тренировка, занятие серии «Забочусь о своем здоровье»;
- гимнастика после сна – игровая, на тренажерах, в виде оздоровительного бега, лечебно – восстановительная, музыкально – ритмическая.

Уделяется особое внимание проведению утренней гимнастики и физкультурных занятий на воздухе (из 4 – х занятий только одно проводится в зале). Гибкость в планировании утренней гимнастики заключается в том, что на месяц составляются 3 – 4 разных комплекса, которые используются педагогом в соответствии с погодными условиями.

Организация лечебно – профилактической работы раскрывается во *втором разделе*. Здесь представлены план лечебно – профилактических процедур на год, система закаливания в каждой возрастной группе, требования, предъявляемые к одежде детей при проведении занятий на воздухе и в группе.

В третьем разделе кратко представлена диагностика физического развития. В приложении дается образец индивидуальной диагностической карты дошкольника.

В четвертом разделе программы уделяется внимание воспитанию у дошкольника потребности в здоровом образе жизни. Перечисляются основные направления в данной работе: привитие к. г. н., формирование представлений о строении тела человека, обучение детей уходу за своим телом.

В пятом разделе описываются особенности совместной работы ДООУ и семьи по воспитанию здорового ребенка.

Отличительной особенностью программы является то, что в ней уделяется внимание организации групп реабилитации, физическому развитию и воспитанию часто болеющих детей. В помощь педагогам предлагается программа, которая имеет такое же название, как и вся комплексная программа – «Здоровье».

Но, работая по программе «Группа здоровья», педагог будет испытывать некоторые трудности. Так, остается под вопросом: в чем же заключается преимущество в работе воспитателя и тренера – профессионала, каковы минимум, норма и максимум по каждому направлению программы, какова тематика серии занятий «Забочусь о своем здоровье»?