

*Ресурсный центр МБДОУ «Детский сад № 128» «Реализация  
здоровьесберегающих технологий»*



**Оздоровительно-  
развивающая программа  
М. Л. Лазарева  
«Здравствуй»**

# Актуальность



В соответствии с ФГОС ДО одной из задач физического развития детей дошкольного возраста является задача становления ценностей здорового образа жизни, овладение его нормами и правилами в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек. (Раздел II. п. 2.6.)

Сформировать у дошкольников элементарное осознание ответственности за свое здоровье. То есть, закрепить представление о том, что здоровье напрямую зависит от того, как сам человек к нему относится: соблюдает физическую активность, правила гигиены, основы правильного питания и т.д.

**Цель программы** – помочь педагогам и родителям в процессе ежедневной деятельности детей дошкольного возраста организовать оздоровительную работу, связанную с формированием мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.

**Задачи:**

- Сохранение естественности психического развития ребенка;
- Построение прочного фундамента жизнеутверждающей, созидающей и творческой личности.
- Формирование у ребенка – дошкольника позиции признания ценности здоровья.

# *Содержание оздоровительно-развивающей программы М. Л. Лазарева «Здравствуй»*

- **предназначен для работы с детьми 3—7-летнего возраста**
- **разработан на основе современных научных подходов к воспитанию детей дошкольного возраста в соответствии с ФГОС ДО**
- **программа написана и систематизирована с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста (как здоровых, так и соматически ослабленных), а также исходя из разного уровня их психического развития**

## *Содержание сказочного материала программы*

В программу курса входят оздоровительные и познавательные элементы, способствующие воспитанию личности ребенка.

- **Содержание курса**, включающее в себя обширный сказочный материал, отражает и формирует внутренние потребности физиологического, психического и личностного роста детей.
- **Основное внимание** уделено сохранению естественности психического развития ребенка, построению прочного фундамента жизнеутверждающей, созидающей и творческой личности.

# Учебно-методический комплекс программы «Здравствуй!»

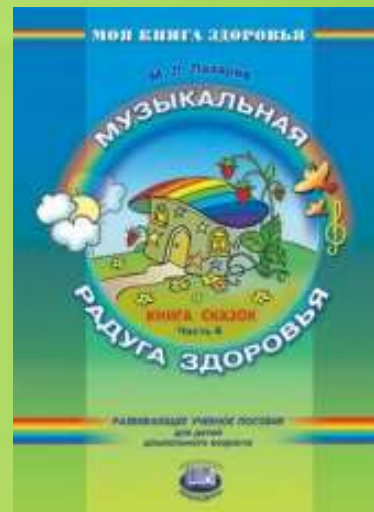


Оздоровительно – развивающая программа «Здравствуй!»



Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных образовательных учреждений

## Книги сказок



## Рабочие тетради



## Книга песен





# Реализация оздоровительной программы М. Л. Лазарева ЗДРАВСТВУЙ!»

**Младший дошкольный  
возраст**

**Старший дошкольный  
возраст**

**В режимных моментах**

**В режимных моментах,  
образовательной  
деятельности**

## **Формы организации здоровьесберегающей работы в режимных моментах**

- ✓ *Утренняя гимнастика с дыхательными упражнениями по программе «Здравствуй!».*
- ✓ *Физические упражнения после дневного сна с игровыми упражнениями по программе «Здравствуй!».*
- ✓ *Спортивные праздники «Здравиады».*
- ✓ *Игровые упражнения в течение дня.*
- ✓ *Дидактические игры по ЗОЖ, на основе пособий по программе М.Л. Лазарева «Здравствуй!».*
- ✓ *Решение проблемных ситуаций.*
- ✓ *Коллективная продуктивная деятельность по тематике здорового образа жизни.*
- ✓ *Проведение индивидуальной работы с детьми.*
- ✓ *Чтение художественной литературы, книги сказок по программе «Здравствуй!».*

**Дыхательная гимнастика**



**Работа с лепбуком «Здравствуй!»**



*Развивающая предметно – пространственная среда*

**Виртуальная экскурсия по оздоровительным  
уголкам ДОУ**

## *Игровые пособия*



*Дидактические игры и пособия:  
«Накорми зорвячков», «Пищевая  
пирамида», «Ромашка», «Здравуки»,  
«Книга здоровья», «Гигиена», «Наша  
каша».*



*Дидактические пособия*



*Дыхательные тренажеры  
по программе «Здравствуй!»*



*Костюмы*

## *Формы взаимодействия с родителями*

- *праздники «Здравиады»*
- *мероприятия (развлечения, Соревнования «Огонек в гостях у ребят)*
- *выставки работ родителей и детей*
- *семейные вернисажи Спортивные увлечения моей семьи»*
- *презентация семейного опыта*
- *«Гость группы» ( рассказы детям о семейном опыте здорового образа жизни»*
- *Мастер-классы «Здравик своими руками»*

**Спортивный праздник «Здравиада»**



**Мастер – класс «Здравик своими руками»**



**ЖЕЛАЮ ВСЕМ ЗДОРОВЬЯ!**

**Спасибо за  
внимание!**

