**Аннотация к программе «ЗДОРОВЬЕ»**

Автор В. Г. Алямовская

Программа представляет комплексную систему воспитания ребенка-дошкольника 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.

Автор стремилась разработать такую систему физического воспитания, которая бы не заорганизовывала детей, а решала бы вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имела связь с дру­гими видами деятельности и просто нравилась дет

 Итогом пятилетней работы с 1985 по 1990 год явилась программа «Группы здоровья» — это комплексная система физического воспитания детей, которая рассчитана на все

 возрастные группы детей.

При разработке новой системы физического воспитания автор руководствовалась результатами исследований лабора­тории И. А. Аршавского, опиралась на работы Ю. Ф. Змановского, И. И. Туртова, систему К. Купера, учитывала взгляды Н. М. Амосова.

 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 физкулътурно-оздоровителъных 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 ДОУ и семьи по воспитанию здорового ребенка.