

## **АННОТАЦИЯ к программе "Здравствуй" М.Л. Лазарева**

*Оздоровительно-развивающая программа доктора медицинских наук М.Л. Лазарева «Здравствуй!»* рекомендована Министерством образования Российской Федерации для использования в дошкольных образовательных учреждениях или дома.

Программа предназначена для работы с детьми 3-7 лет, разработана на основе современных научных подходов к воспитанию детей дошкольного возраста в рамках существующих образовательных стандартов. Целью программы является оказание помощи педагогам и родителям в организации с детьми оздоровительной работы в процессе ежедневной деятельности.

Данный курс направлен на оздоровление детей в детском саду и в семье. Его цель - 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.

В программу курса входят не только оздоровительные, но и познавательные элементы, способствующие воспитанию личности ребенка. При этом содержание курса, включающее в себя обширный сказочный материал, отражает и формирует внутренние потребности физиологического, психического и личностного роста детей.

Особую роль в курсе играет музыка, которая впервые в отечественной и зарубежной педагогической литературе о формировании здоровья является не дополнительным материалом, а интегральной основой всего курса, позволяющей организовать межфункциональный тренинг организма ребенка.

При разработке основного метода курса учитывались особенности воздействия психологических факторов (эмоции, мотивация и самосознание) на физическое здоровье. Было также установлено, что главным физическим фактором, наиболее тесно связанным с психологическими и одновременно наиболее важным для жизнедеятельности организма, является дыхание.

В данном курсе разработан механизм формирования социальной мотивации здоровья путем проведения ежегодных Детских Игр Здоровья - Здравиад (автор — М. Л. Лазарев, 1998), представляющих собой детское неолимпийское движение.

Реализация курса «Здравствуй!» предполагает коллективное участие родителей и всех сотрудников детского сада.