**Здоровьесберегающие технологии в ДОО**

«Здоровье детей – здоровье нации!». Этот лозунг нашел свое отражение во многих образовательных документах, в том числе и в Федеральных государственных образовательных стандартах дошкольного образования.

Здоровеьесберегающие технологии в дошкольном образовании направлены на сохранение, поддержание и обогащение здоровья детей, педагогов и родителей.

Понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии» дискуссионное. Родоначальником этого понятия стал Н. К. Смирнов. Он дал следующее определение: «Это совокупность форм и приёмов организации воспитательно-образовательного процесса без ущерба для здоровья ребёнка и педагога».

*Целью* применения здоровьесберегающих технологий является обеспечение условий физического, психического и социального комфорта, способствующих сохранению и укреплению здоровья детей, их продуктивной познавательной и практической деятельности, основанной на культуре здорового образа жизни личности.

Выделяют следующие *задачи:*

* *Образовательные* – формирование устойчивых мотивов воспитания и самовоспитания, обучение знаниям, повышение функциональных возможностей ребёнка.
* *Воспитательные* – формирование нравственного сознания и нравственного поведения, волевых качеств, трудолюбия, эстетическое и эмоциональное развитие личности.
* *Оздоровительные* – укрепление физического здоровья и профилактика заболеваний, содействие правильному физическому развитию, повышение, с помощью средств физической культуры, умственной работоспособности.
* *Прикладные* – обучение умениям, навыкам сотрудничества со сверстниками, формирование представлений ЗУНов необходимых для обеспечения безопасности жизнедеятельности во время игр, занятий спортом, в природе, в быту.

*Выбор здоровьесберегающих педагогических технологий зависит*:

- от типа дошкольного учреждения,

- от продолжительности пребывания в нём детей,

- от программы, по которой работают педагоги,

- конкретных условий ДОУ,

- профессиональной компетентности педагога,

- показателей здоровья детей.

*Виды здоровьесберегающих технологий* в дошкольном образовании:

* Медико-профилактические;
* Физкультурно-оздоровительные;
* Обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка;
* Здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов;
* Образовательные;
* Обучения здоровому образу жизни;
* Педагогическая технология активной сенсорно-развивающей среды;
* Валеологического просвещения родителей;
* Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

*Медицинские здоровьесберегающие технологии в ДОУ* - обеспечивают сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медсестры ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.

- технологии профилактики заболеваний,

- углубленный медицинский осмотр с участием узких специалистов, приходящих из поликлиники,

- коррекция возникающих функциональных отклонений,

- отслеживание характера течения хронической патологии (для детей, имеющих III - V группу здоровья),

- реабилитация соматического состояния здоровья,

- противоэпидемическая работа и медицинский контроль работы пищеблока в соответствии с действующими санитарно-гигиеническими правилами,

- витаминопрофилактика (отвар шиповника в осеннее – зимний период, витаминизация третьих блюд с использованием аскорбиновой кислоты),

- санитарно-гигиеническая деятельность всех служб ДОУ.

*Физкультурно-оздоровительные технологии -* направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребёнка, развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников: закаливание, КГН; беседы по валеологии; спортивные праздники, развлечения и досуги; недели здоровья; соревнования; прогулки-походы, дыхательная гимнастика и др.

*Обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка* – обеспечивают психическое и социальное здоровье ребёнка. Направлены на обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье. Технологии психолого-педагогического сопровождения развития ребёнка в педагогическом процессе ДОУ.

*Здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов –* направлены на развитие культуры здоровья педагогов, в том числе культуры профессионального здоровья, на развитие потребности к здоровому образу жизни; сохранения и стимулирования здоровья (технологии использования подвижных и спортивных игр, гимнастика для глаз, дыхательная, ритмопластика, динамические паузы, релаксация).

*Здоровьесбережение в работе с педагогами ДОУ*:

* Семинары-тренинги «Психологическое здоровье педагогов»;
* Консультации для педагогов «Признаки утомляемости ребёнка дошкольника», «Запрещённые физические упражнения для детей дошкольного возраста», «Как правильно провести гимнастику (различные виды) с дошкольниками», «Профилактика утомляемости дошкольников в ДОУ», «Работа воспитателя по разделам программы «Основы безопасности и жизнедеятельности детей» и др.;
* Практикум для педагогов ДОУ «Приёмы релаксации, снятия напряжения в течение рабочего дня»;
* Обсуждение вопросов здоровьесбережения на педагогических советах.

*Образовательные* *технологии* – воспитание культуры здоровья дошкольников, личностно-ориентированного воспитания и обучения.

*Обучения здоровому образу жизни* – технологии использования физкультурных занятий, коммуникативные игры, система занятий из серии «Уроки футбола», проблемно-игровые (игротренинги, игротерапия), самомассаж, коррекционные (арт-терапия, технология музыкального воздействия, сказкотерапия, ароматерапия, психогимнастики и др.)

*Педагогическая технология активной сенсорно-развивающей среды* – системная совокупность и порядок функционирования всех личностных инструментальных и методологических средств. Используемых для достижения педагогических целей.

*Валеологического просвещения родителей* - это технологии, направленные на обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОУ, обретение ими валеологической компетентности (всех членов семьи).

*Взаимодействие ДОУ с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей:*

* Информационные стенды для родителей в каждой возрастной группе (работают рубрики, освещающие вопросы оздоровления без лекарств, комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, для развития общей и мелкой моторики, пальчиковые игры);
* Информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми в ДОУ;
* Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДОУ (соревнования, спортивные праздники, дни открытых дверей, Дни и Недели здоровья, встречи детей ДОУ с родителями-спортсменами, спортсменами города и др.);
* Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.

*Здоровьесберегающие образовательные технологии* в детском саду – это, прежде всего, технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников.

Современные здоровьесберегающие технологии, используемые в системе дошкольного образования, отражают две линии оздоровительно-развивающей работы: приобщение детей к физической культуре и использование развивающих форм оздоровительной работы.

Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Необходимо создавать условия для возможности корректировки технологий, в зависимости от конкретных условий и специализации ДОУ. Опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, вносить необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечивать индивидуальный подход к каждому ребенку. В таком случае будут сформированы положительные мотивации у педагогов ДОУ и родителей детей.

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

*Результатами внедрения здоровьесберегающих технологий в ДОУ являются:*

1. Сформированные навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей ДОУ.

2. Взаимодействие специалистов ДОУ в организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками специализированных групп.

3. Проявление толерантности всех участников внедрения здороваьесберегающих технологий в педагогический процесс ДОУ.

4. Формирование нормативно-правовой базы по вопросам оздоровления дошкольников.

5. Внедрение научно-методических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, к созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ и семье;

6. Улучшение и сохранение соматических показателей здоровья дошкольников.

Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.