**«Современные здоровьесберегающие технологии в детском саду»**

*Забота о здоровье -   
это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.  
 В.А.Сухомлинский*

«Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие физических дефектов». (Всемирная организация здравоохранения)

Здоровьесберегающий педагогический процесс дошкольной организации в широком смысле слова – это процесс воспитания и развития детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьеобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка.

Одна из задач ФГОС ДО - Это охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. (приказ Министерства образования и науки РФ от « 17» октября 2013г.№ 1155)

Никита Константинович Смирнов, как родоначальник понятия «здоровьесберегающие образовательные технологии» утверждал, что их можно рассматривать как технологическую основу здоровьесберегающей педагогики, как совокупность форм и методов организации обучения детей без ущерба для их здоровья, как качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию ее воздействия на здоровье ребенка и педагога. Смирнов считает, что как прилагательное понятие «здоровьесберегающая» относится к качественной характеристике любой педагогической технологии, показывающей, насколько при реализации данной технологии решается задача сохранения здоровья основных субъектов образовательного процесса – детей и их родителей, педагогов. Здоровьесберегающие технологии можно расссматривать как сертификат безопасности для здоровья и как совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые дополняют традиционные педагогические технологии задачами здоровьясбережения.

Целевые ориентиры в ФГОС на этапе завершения дошкольного образования предполагают формирование у дошкольников культуры здорового и безопасного образа жизни, формирование знаний, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья и умения использовать полученные знания в повседневной жизни.

Задачи здоровьесбережения:

* сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности
* создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей
* создание положительного эмоционального настроя и снятие психоэмоционального напряжения

**Виды здоровьесберегающих технологий в ДОУ**

*Медико - профuлактические технологии*

К ним относятся следующие технологии: организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.

*Физкультурно-оздоровительные технологии*

Направлены на развитие физических качеств и двигательной активности детей, приобщение детей к здоровому образу жизни.

Отдельные приемы этих технологий широко используются в разных формах организации педагогического процесса: на занятиях и прогулках, в режимные моменты и в свободной деятельности детей, в ходе педагогического взаимодействия взрослого с ребенком и др.

*Технологии социально-психологического благополучия ребёнка*

Основная задача этих технологий обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника.

*Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования*

Эти технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни.

Здоровьесберегающие образовательные технологии делятся на три группы:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья. (динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, гимнастика (пальчиковая, для глаз, дыхательная и др), гимнастика динамическая, корригирующая, ортопедическая)

2. Технологии обучения здоровому образу жизни. (физкультурные занятия, точечный массаж, занятия в бассейне, проблемно – игровые и коммуникативные игры)

3. Коррекционные технологии. (сказкотерапия, песочная терапия, технологии воздействия цветом, Су -Джок терапия, музыкотерапия)

Прогулки являются формой ежедневной работы детского сада. Целью прогулок является: сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников;  
формирование у воспитанников привычки к здоровому образу жизни.

Применение в работе здоровьесберегающих технологий, повышает результативность воспитательно – образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на укрепление здоровья, а у ребёнка – стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

УКРЕПЛЕНИЕ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ – ОДНА ИЗ ГЛАВНЫХ НАШИХ ЗАДАЧ, КАК РОДИТЕЛЕЙ, ТАК И ПЕДАГОГОВ.