**«Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе ДОУ в условиях ФГОС».**

**«Здоровый дух в здоровом теле - вот краткое, но**

 **полное описание счастливого состояния в этом мире».**

Джон Локк

 В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать нам, педагогам дошкольных учреждений. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности. Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Дошкольное образовательное учреждение имеет большие потенциальные возможности для формирования у детей здоровьесберегающей культуры, навыков здорового образа жизни. Это связано с системностью дошкольного образования, возможностью поэтапной реализации поставленных задач с учётом возрастных и психологических возможностей детей - дошкольников.

 Неоспоримо, что основная задача детского сада - подготовить ребенка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимые умения, навыки, воспитав определенные привычки. Но может ли каждый профессионально подготовленный педагог, просто взрослый ответственный человек спокойно относится к неблагополучному состоянию здоровья своих воспитанников, его прогрессирующему ухудшению? Одним из ответов на этот вопрос и стала востребованность педагогами детского сада здоровьесберегающих образовательных технологий. Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысило результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, вносятся необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку; формируются положительные мотивации у педагогов ДОУ и родителей детей.Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии формируют у детей стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.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.
Здоровьесберегающая деятельность в нашем детском саду осуществляется в следующих формах:

1. Медико-профилактическая технология.

2. Физкультурно-оздоровительная технология.

3. Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов.

4. Технологии валеологического просвещения родителей.

5. Здоровьесберегающие образовательные технологии.

Ежегодно проводится мониторинг за состоянием здоровья и физическим развитием детей детского сада. Вся работа по физическому воспитанию детей в ДОУ строится с учётом их физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Для этого на основании индивидуальных медицинских карт медсестра дошкольного учреждения составляет по каждой возрастной группе сводную таблицу, которая помогает воспитателям и медицинским работникам иметь чёткую картину о состоянии здоровья детей всей группы и каждого ребёнка в отдельности.Администрацией ведется контроль питания детей, физического развития, закаливания; соблюдаются требования санитарно-эпидемиологических нормативов – СанПиНов; проводятся профилактические мероприятия, способствующие резистентности детского организма (например, иммунизация, щадящий режим в период адаптации, чесночная терапия и т. д.); организуется здоровьесберегающая среда в ДОУ, медицинский осмотр с участием узких специалистов, приходящих из районной поликлиники.Физкультурно-оздоровительная деятельность осуществляется нами, педагогами – в виде физкультминуток, ритмопластики, динамических пауз, подвижных и спортивных игр, релаксации, технологий эстетической направленности, пальчиковой гимнастики, гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики, гимнастики после сна, корригирующейгимнастики и т.п.Педагог, стоящий на страже здоровья ребенка, воспитывающий культуру здоровья ребенка и родителей прежде всего сам должен быть здоров, иметь валеологические знания, не переутомлен работой, должен уметь объективно оценивать свои достоинства и недостатки, связанные с профессиональной деятельностью, составить план необходимой самокоррекции и приступить к его реализации. В этом нам помогает педагог –психолог, проводя различные семинары – тренинги, практикумы, консультации. Обсуждение вопросов здоровьесбережения на педагогических советах . В целях сотрудничества с родителями по формированию здорового образа жизни у детей нами разработана система мероприятий, к которым относятся: родительские собрания в нетрадиционной форме, консультации, совместные конкурсы, спортивные праздники, Дни здоровья, папки-передвижки, беседы, личный пример педагогов (участие в районных олимпиадах, спартакиадах).

Образовательная деятельность предполагает проведение занятий и бесед с дошкольниками о необходимости соблюдения режима дня, о важности гигиенической и двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о функционировании организма и правилах заботы о нем, дети приобретают навыки культуры и здорового образа жизни, знания правил безопасного поведения и разумных действий в непредвиденных ситуациях.Во всех группах имеются дорожки для профилактики плоскостопия, уголки здоровья,необходимый материал для педагогов и родителей по физическому развитию детей дошкольного возраста.Продуманы и реализуются разнообразные формы и методы оздоровления воспитанников, осуществляется оздоровительно-профилактическая работа (полоскания горла, умывание и обливание рук до локтя прохладной водой босохождение, точечный массаж, самомассаж, С- витаминизация, физические упражнения после сна, максимальное пребывание детей на свежем воздухе и т.п.). В учреждении создана здоровьесберегающая инфраструктура: физкультурный зал оснащен спортивным оборудованием, необходимым для реализации программы, в каждой группе оборудован физкультурный уголок, позволяющий детям реализовывать потребность в движении.На игровых участкахи спортивной площадке имеется необходимое оборудование, так какодной из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни является прогулка.

Оздоровительная работа в нашем саду усиленно проводится и в летний период и представляет собой комплекс мероприятий, направленных на восстановление функционального состояния детского организма.Центральное место в этом комплексе занимает режим дня, который предусматривает максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующую возрасту продолжительность сна и других видов отдыха. Вся деятельность, связанная с физическими нагрузками (подвижные игры, труд, занятия физической культурой) проводятся в часы наименьшей инсоляции.

Таким образом, здоровьесберегающие технологии можно рассматривать как одну из самых перспективных систем 21 века и как совокупность методов и приемов организации обучения дошкольников, без ущерба для их здоровья.