***ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В***

***СП д/с «Колосок ГБОУ СОШ с.Пестравка***

***СОГЛАСНО ФОП ДО***

**С 1 сентября 2023 года, в соответствии с Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об Утверждении Федеральной образовательной программы дошкольного образования», дошкольные образовательные учреждения начнут работать по новой Федеральной образовательной программе – ФОП ДО [2]. Согласно ней** проблема сохранения и укрепление здоровья, развития и воспитания детей остаётся приоритетной государственной задачей.

На сегодняшний день медицинскими статистическими данными отмечается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и такая тенденция просто обязывает педагога к применению здоровьесберегающих технологий в своей работе.

**Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании** – технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.Э**то** целостная система воспитательно-**оздоровительных**, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и доктора [1].

Главное назначение таких **технологий** – объединить педагогов, психологов, медиков, родителей и самое главное – самих детей на сохранение, укрепление и развитие **здоровья**.

**Задачи:**

***Оздоровительные задачи:***

- совершенствовать **физические способности, физические качества**, умения и навыки в совместной двигательной деятельности детей;

- охрана и укрепление **физического и психического здоровья детей**;

- формирование правильной осанки, гигиенических навыков, совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям средствами движения, дыхательной гимнастики, массажа, закаливания.

*Образовательные задачи:*

- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;

- создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;

- выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности, реализация их через систему **физкультурно-оздоровительной работы**;

- приобщение к спорту и **физической культуре**, формирование стойкой мотивации к **здоровому образу жизни**.

*Воспитательные задачи*:

- воспитание потребности в **здоровом образе жизни**, потребности в **физических упражнениях и играх;**

- воспитание **физических качеств**, необходимых для полноценного развития личности.

Существует несколько направлений **здоровьесберегающих технологий и одно из них** –  **физкультурно-оздоровительное,** где подразумевается развитие **физических качеств**, умений и навыков, реализация потребности ребенка в двигательной активности и приобщение к спорту и **физической культуре.** Именно это направление и реализуется инструктором по физической культуре, а **здоровьесберегающие технологии** являются ведущими во всей **физкультурно-оздоровительной работе.**

Методики сбережения здоровья применяют в двух направлениях:

- реализация образовательной программы в ДОУ без отрицательного воздействия на здоровье детей;

- создание у детей базы валеологической культуры.формирование внимательного отношения к своему здоровью.

Здоровьесберегающие технологии при работе с дошкольниками реализуют в следующей очередности:

1. Исследуют первичное физическое и психическое состояние детей, оценивают способность участвовать в разных видах тренировок. Изучают условия здоровьесбережения в саду, анализируют валеологические представления и навыки детей.
2. Создают в ДОУ здоровьесберегающую среду
3. Привлекают к сотрудничеству социальных партнеров для реализации проектов здоровьесбережения.
4. Отправляют воспитателей ДОУ на переподготовку по освоению методов и приемов сохранения здоровья детей.
5. Используют в работе с детьми разные техники здоровьесбережения в соответствии с их возрастом
6. Привлекают родителей для участия в совместных проектах валеологической направленности, проводят профилактические беседы о важности ведения здорового образа жизни, привития ценности здоровья детям с самых ранних лет.

В целом же, здоровьесберегающая деятельность в дошкольном учреждении осуществляется с помощью следующих технологий:

- медико-профилактических;

- физкультурно-оздоровительных;

-технологий обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;

- здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования;

- валеологического просвещения родителей;

- здоровьесберегающих образовательные технологии в детском саду.

*Медико-профилактические технологии в дошкольном образовании* – технологии, обеспечивающие сохранение и преумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.

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 здоровье сберегающей среды в ДОУ.

*Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании* – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья дошкольников: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др.

Реализация этих технологий, как правило, осуществляется инструктором по физической культуре и воспитателями ДОУ в условиях специально организованных форм оздоровительной работы.

*Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду* – технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников.

Цель - становление осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. Это технология личностно-ориентированного воспитания и обучения дошкольников. Ведущий принцип таких технологий - учет личностных особенностей ребенка, индивидуальной логики его развития, учет детских интересов и предпочтений в содержании и видах деятельности в ходе воспитания и обучения.

*Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка* – технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребенка-дошкольника. Основная задача этих технологий - обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье. К ним относятся: технологии психологического или психолого-педагогического сопровождения развития ребенка в педагогическом процессе ДОУ

*Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов*– технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни.

*Технологии валеологического просвещения родителей* - обеспечение валеологическойкомпетентности родителей воспитанников ДОУ.

Без сомнения, фундамент здоровья закладывается с детства. Положительное эмоциональное отношение к физической культуре и спорту – тоже. Первые впечатления и чувства всегда сильнее, всегда оставляют неизгладимый след в памяти. Поэтому есть основание надеяться, что оздоровительная работа, проводимая в детском саду, не окажется напрасной. Сформировавшиеся у детей знания о том, что крепкое здоровье, сила, ловкость, гибкость необходимы человеку для полноценной успешной жизни, безусловно, положительно скажутся на их отношении к здоровью.

**Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:**

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья:динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая.

2. Технологии обучения здоровому образу жизни:НОД по физической культуре, проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия), коммуникативные игры, занятия из серии «Здоровье», самомассаж,  точечный самомассаж.

3. Коррекционные технологии:арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика.

Таким образом, дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического **здоровья**. Очень важно именно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков **здорового образа жизни**, осознанную потребность в необходимости использования здоровьесберегающих технологий. Под здоровьесберегающими технологиями следует понимать систему мер по охране и укреплению здоровья детей, учитывающую важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, воздействующие на здоровье.

Дошкольное образовательное учреждение должно постоянно осваивать комплекс мер, направленных на сохранение **здоровья**ребёнка на всех этапах его обучения и развития.применение в работе ДОУ здоровьесберегающих технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, способствует формированию у педагогов и родителей ценностных ориентации, направленных на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Используемые в комплексе здоровьесберегающих технологии в итоге формируют у детей стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.