Здоровье сберегающие технологии в ДОУ



***«Я не боюсь ещё и ещё раз повторять:***

***Забота о здоровье—Это важнейший***

***труд воспитателя. От жизнерадостности,***

***бодрости детей зависит их духовная жизнь,***

***мировоззрение, умственное развитие,***

***прочность знаний, вера в свои силы».***

 **Здоровье сберегающие 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 родителе

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.

1. **Технологии обучения здоровому образу жизни:**

 физкультурное занятие, игры, коммуникативные игры, занятия из серии «Здоровье», точечный самомассаж.

1. **Коррекционные технологии:**

 технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, Технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения.

1. **Формы организации здоровье сберегающей работы:**

-физкультурные занятия -самостоятельная деятельность детей -подвижные игры -утренняя гимнастика (дыхательная, звуковая) -двигательно-оздоровительные физкультминутки -физические упражнения после дневного сна -физические прогулки ( в лес, на поляну) -физкультурные досуги -спортивные праздники

 **Существующие здоровье сберегающие образовательные технологии можно выделить в три подгруппы:**

 -Организационно - педагогические технологии, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, способствующие предотвращению состояния переутомления детей; -Учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своём здоровье и формированию культуры здоровья.

**Цель здоровье сберегающих технологий в дошкольном образовании**

Применительно к ребёнку - обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада, и воспитание знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его.

 **Виды здоровье сберегающих технологий в дошкольном образовании**

-медико-профилактические; -физкультурно-оздоровительные -технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка -здоровье сбережения и здоровье обогащения педагогов дошкольного образования; -здоровье сберегающие технологии в детском саду.

 Медико- профилактические технологии в дошкольном образовании---технологии, обеспечивающие сохранение и преумножение здоровья детей в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств. К ним относятся следующие технологии:

 **-организация и контроль питания детей дошкольного возраста, физического развития дошкольников,**

**-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, дыхательная гимнастика, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.

 **Динамические паузы**

- во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и здоровье сберегающей работы других, в зависимости от вида занятия.

 **Подвижные и спортивные игры** как часть физкультурногозанятия, на прогулке в групповой комнате- малой, средней и высокой подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения. В детском саду мы используем лишь элементы спортивных игр

**Гимнастика пальчиковая-** с младшего возраста индивидуально, либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. проводится в любой удобный отрезок времени ( в любое удобное время).

**Гимнастика для глаз** - ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки детей.

**Гимнастика дыхательная-** в различных формах физкультурно-оздоровительной работы.

**Гимнастика ортопедическая-** в различных формах физкультурно-оздоровительной работы.

**Основная задача детского сада** - подготовить ребёнка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимые умения, навыки, воспитав определённые привычки. Но может ли каждый профессионально- подготовленный педагог, просто взрослый ответственный человек бесстрастно относиться к неблагополучному состоянию здоровья своих воспитанников, его прогрессирующему ухудшению? Одним из ответов на этот вопрос и стала востребованность педагогами образовательного учреждения здоровье сберегающих образовательных технологий…

 ****