**Использование здоровьесберегающих технологий**

**в воспитательно-образовательном процессе ДОУ**

В новых условиях жизни приоритетным направлением в системе подготовки и организации воспитательно-оздоровительной работы становится гармоническое развитие личности детей и укрепление здоровья.

Здоровьесберегающие технологии – это психологические приемы и методы работы, подходы к реализации возможных проблем плюс постоянное стремление самого педагога к самосовершенствованию.

Реализация здоровьесберегающих технологий – это такая организация образовательного процесса, при которой происходит качественное развитие без нанесений ущерба здоровью ребенка.

**Основные принципы здоровьесберегающих технологий в ДОУ**

1. Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов учебно-воспитательного процесса, атмосферы доброжелательности, веры в силы ребенка, индивидуальный подход, создание для каждого ситуации успеха.
2. Творческий характер процесса обучения.
3. Обеспечение мотивации образовательной деятельности. Ребенок – субъект образования, он должен быть эмоционально вовлечен в процесс социализации.
4. Осознание ребенком успешности в любых видах деятельности.
5. Комплексная система закаливания.

**Формы работы используемые в процессе единого здоровьесберегающего пространства ДОУ и семьи:**

– открытые занятия с детьми для родителей;  
– индивидуальные беседы с родителями;  
– общие и групповые родительские собрания;  
– выставки детских работ изготовленные совместно с родителями;  
– участие родителей в проведении конкурсов, праздников, досугов;  
– совместное создание предметно-развивающей среды;   
– коллективная трудовая деятельность (посадка деревьев, оформление участков декоративными поделками, сооружение снежных горок).

Главное в работе с родителями – формировать активную позицию в воспитании и оздоровлении ребенка, преодолеть равнодушие и безразличие к тому, что делается в дошкольном учреждении.

В нашем ДОУ разработана технология здоровьесбережения, задачами которой является:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада средств физического воспитания, оптимизации двигательной деятельности на свежем воздухе.  
2. Обеспечение активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровьесберегающей жизни.   
3. Взаимодействие педагогического коллектива с семьей.

**Формы оздоровительной работы в ДОУ**

В нашей группе ежедневно предусмотрено несколько форм физического воспитания детей, что способствует укреплению здоровья и позволяет обеспечить необходимую двигательную активность детей в течении всего дня. Особое внимание в режиме дня мы уделяем проведению закаливающих процедур, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости.

**Формы закаливания:**

– четкая организация теплового и воздушного режима в помещении;  
– режим проветривания;  
– соблюдение режима прогулок;   
– неперегревающая одежда ребенка;  
– гигиенические процедуры (умывание и обливание рук до локтя прохладной водой);  
– полоскание рта кипяченой водой комнатной температуры;  
– утренний прием детей на свежем воздухе;  
– подвижные игры и физические упражнения на воздухе;

– утренняя гимнастика;  
– физминутки;

– гимнастика после дневного сна;

– хождение по массажному коврику босиком;  
– использование нетрадиционного спортивного оборудования во время гимнастики и физических занятий;

– точечный массаж;  
– витаминизация;  
– чеснокотерапия.

**Виды здоровьесберегающих технологий в ДОУ:**

– подвижные и спортивные игры;

– релаксация;  
– гимнастика пальчиковая;  
– гимнастика дыхательная;  
– гимнастика для глаз;  
– коммуникативные игры;  
– танцы и музыкотерапия.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий должны стать приоритетным направлением в деятельности каждого образовательного учреждения для детей дошкольного возраста.