**Здоровьесберегающие технологии в ДОУ в процессе**

**реализации ФГОС ДО**

Период дошкольного детства наиболее важный в становлении не только личностных качеств детей, но и в формировании основ физического, интеллектуального, психического и социального здоровья. Именно в этот период идет интенсивное становление всех функциональных систем организма, формируется характер, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим людям. Очень важно именно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

В соответствии с пунктом 2.6. ФГОС ДО физическое развитие включает в себя приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно – двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (азвивающая в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Исходя из современных требований, наше дошкольное образовательное учреждение постоянно осваивает и реализует комплекс различных мер, ориентированных на сохранение и укрепление здоровья воспитанников в течение всего времени пребывания в ДОУ.

Важнейшим фактором для решения задач по сохранению и укреплению здоровья воспитанников является развивающая предметно – пространственная среда. В нашем ДОУ мы попытались создать соответствующую развивающую среду для полноценного физического развития детей и удовлетворения их потребностей в движении. Оборудован спортивный зал, две спортивные площадки на территории ДОУ, которые активно используются для занятий физкультурой в теплое время года, в каждой группе накоплен арсенал спортивного оборудования и инвентаря, изготовленного как собственными руками, так и фабричного изготовления. Во всех групповых помещениях отведено место для спортивных уголков, которые обеспечены всем необходимым в соответствии с возрастными особенностями детей, а также имеется различное нетрадиционное спортивное оборудование ( массажные дорожки, коврики и т.д.). Наличие в группах данного уголка позволило повысить двигательную активность детей. Развивающая предметно – пространственная среда групп регулярно обновляется и дополняется, что в свою очередь соответствует принципам ФГОС ДО к построению развивающей среды.

При организации методической работы в ДОУ создаются все условия для творческого поиска: изучение теории по проблеме детского здоровья осуществляется на различных семинарах, методических объединениях( в том числе городских), педагогических советах, а также в процессе консультирования (группового и индивидуального).

Каждое утро в детском саду проводится утренняя гимнастика, педагоги творчески подходят к ее проведению, включают в систему утренней зарядки поговорки, считалки, музыкальное сопровождение и другой материал, помимо этого в каждой группе создана картотека комплексов утренней гимнастики. Стоит отметить, что в теплое время года утренняя гимнастика проводится на открытом воздухе, на специально оборудованной площадке. Основной же формой работы по формированию навыков здорового образа жизни и являются физкультурные занятия, которые несут в себе огромный здоровье формирующий потенциал.

Практика показывает, что детям так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого нужно делать. Воспитатели помогают ребятам узнавать о нормах здорового образа жизни, учат заботиться о своем организме. В свободное время разучивают с детьми стихи, пословицы, поговорки о здоровье, читают различную художественную литературу. В каждой возрастной группе разработан цикл занятий «Познай себя», картотека физкультминуток «Отдыхаем – здоровья прибавляем», пальчиковой гимнастики «Будем с пальцами дружить». В детском саду ежегодно проводятся «дни здоровья», к участию в которых активно привлекаются родители. Ребята с удовольствием разыгрывают сценки из литературных произведений, участвуют в театрализованных представлениях, пропагандирующих здоровый образ жизни. В практику дошкольного учреждения внедряется опыт нетрадиционных технологий: ритмопластика, музыкотерапия, самомассаж, релаксационные упражнения, разные виды оздоровительной гимнастики (ритмическая, дыхательная).Традиционным стало у нас проведение перед началом занятий психологических оздоровительных минуток, а на занятиях – физкультминуток и пальчиковых игр. В режиме дня детского сада – гимнастика для глаз, упражнения после сна.

В старшем дошкольном возрасте воспитателями реализуется программа по формированию культуры здорового образа жизни «Будь здоров, как Макс Орлов!», которая направлена на решение задач ФГОС ДО в области формирования общей культуры личности детей. Особенности программы заключаются в подборе дидактического материала, основанного на поэме Ю.Аристовой «Будь здоров, как Макс Орлов», данные материалы создают возможности всем участникам образовательного процесса (дети – педагоги – родители) творчески решать поставленные задачи.

Одним из важнейших условий успешной работы по оздоровлению детей является взаимодействие педагогов и медицинского персонала. Воспитательный процесс в нашем детском саду строится с учетом лечебно – профилактических мероприятий: кварцевания групп, витаминотерапии, лечебных игр. Каждый год проводится углубленный медицинский осмотр детей врачами – специалистами городской поликлиники.

Так же вопросы воспитания здорового ребенка мы решаем в процессе взаимодействия с семьями воспитанников. Главное в работе с родителями – формировать активную позицию взрослых при воспитании и оздоровлении ребенка, преодолевать равнодушие и безразличие к тому, что делается в детском саду. Посредством наглядной агитации, бесед, практикумов знакомим родителей с последними достижениями в области физического развития детей, вводим взрослых членов семьи в курс тех проблем и успехов, которые есть у ребенка. Одна из форм пропаганды педагогических знаний в ДОУ – оборудование в каждой возрастной группе «Уголка здоровья».

В целях организации эффективного сотрудничества при помощи и с участием родителей мы проводим анкетирование, итоги которого позволяют нам знать об образе жизни семьи ребенка, о состоянии здоровья ребенка с точки зрения его родителей. Физкультурные праздники, конкурсы «Я и моя спортивная семья», «Веселые старты» постоянно присутствуют в системе работы детского сада. Проводятся у нас дни открытых дверей, выставки творчества детей, и для нас важно, чтобы они были нашими помощниками, т.к. ни один навык здорового образа жизни невозможно сформировать без поддержки семьи.

Приятно осознавать, что работа наша ведется не впустую, а дает ощутимые положительные результаты: значительно вырос уровень знаний детей о своем здоровье и его сохранении, повысилась компетентность педагогов в этих вопросах, к лучшему изменилось отношение родителей к воспитанию детей.

Путь к здоровью дошкольника – это ежедневный и порою незаметный труд каждого члена педагогического коллектива ДОУ. Мы хотим, чтобы каждый воспитанник нашего детского сада мог сказать: «Здоровье – это радость».

**Список литературы:**

Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход,2000.

Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М.: ВАКО, 2007.

Сухарев А.Г. «Концепция укрепления здоровья детского и подросткового населения России»

Сивцова А.М. «Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях» Методист. – 2007.

Смирнов Н.К. «Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе педагога»