**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ КАК ФАКТОР СОВРЕМЕННОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Шаповалова О. В.

воспитатель,

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Ясли – сад № 20» «Ромашка» г. Зугрэс

 Донецкая Народная Республика

**Актуальность.** Современные технологии активно приходят в систему дошкольного образования, изменяя содержания образования и применения здоровьесберегающих технологий. Такие инновации требует от воспитателя дошкольного учреждения современных знаний, педагогического профессионализма, творческой активности. Современная жизнь вносит много нововведений в педагогический процесс, поэтому заниматься сохранением здоровья с раннего детства становиться актуально. Одной из важных задач педагогов дошкольников является сохранение здоровья всех участников педагогического процесса.

Дошкольник это исследователь здоровьезберегающей деятельности, а воспитатель направляет, помогает в получении необходимых навыков и знаний. Поэтому воспитатель является проводником необходимой мотивации для ребенка, обязательно учитывая его индивидуальные характеристики, обеспечивая право выбора.

Учеными П.К. Анохиным, Л.С. Выготским, Г. Доманом, А.В. Дмитриевым, Е.М. Мастюковой и мн. др. отмечалось, что физический компонент играет важную роль в становлении всех психических процессов в организме ребенка. Г.Д. Горбуновым, Л.Б. Дзержинской, С.П. Евсеевым, Е.П. Прописновой, В.А. Родионовым, Н.А. Фоминой указывается, что не требует доказательств утверждение о том, что грамотно обеспеченная детская двигательная активность является основой для гармоничного развития личности. При этом также верно мнение о том, что при наличии отклонений в детском развитии одним из эффективных, доказавших свою пользу средств коррекции является физическая активность, то есть средства физической культуры [2].

Одной из задач Государственного образовательного стандарта дошкольного образования является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие всех физических качеств (выносливость, гибкость, ловкость, сила, скорость), 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, прыжки, метание, лазанье, равновесие), 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 (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.) [1].

Использование взаимодействующих методов обучения и оздоровления, является одним из требований физического воспитания детей дошкольного возраста. Систематическое и последовательное планирование оздоровительной работы служит залогом полноценного развития детей дошкольного возраста.

**Цель** статьи раскрыть эффективные педагогические условия для результативности организации физкультурно – оздоровительной работы в дошкольной организации.

**Основная часть.** В дошкольных учреждениях всегда уделяется внимание проблеме здоровья детей. Рассматривая инновационные подходы в укреплении здоровья, а именно здоворьесберегающие технологии, воспитатели пересматривают подходы к физическому развитию. К сожалению, современное образование упускает состояние здоровья, уделяя большое внимание познавательной деятельности. Однако, современный педагог должен учитывать физиологические качества, индивидуальность дошкольника для того, чтобы не только сберечь здоровье, но и укрепить. В детских садах, как правило, созданы условия для полноценного физического развития детей, формирования культуры здоровья. Спортивные залы, тренажерные мини залы, фито комнаты и многое др. являются современным достоянием дошкольных учреждений. Разнообразные формы работы на занятиях по физической культуре дополняются интеграцией игровых технологий ЛЕГО, ТРИЗ. Самостоятельная деятельность детей предполагает как знакомые, так и новые подвижные игры, в которых дети закрепляют уже полученные физические навыки. Использование разных видов гимнастик: утренняя гимнастика, гимнастика после сна, дыхательная, зрительная, и др. являются уже нормой в режиме дня детей дошкольного возраста. Широко стали применять физкультурные развлечения по сезонам и тематикам, праздники, создаются долгосрочные физкультурные проекты. Проблеме закаливая детей уделяется большое внимание. Методы, которые используют в детском саду можно закрепить дома – это контрастное обливание кистей рук, хождение по фито дорожкам и др.

Здоровьесберегающие технологии можно разделить на такие подгруппы: технологии сохранения и стимулирования здоровья, технологии формирования здорового образа жизни, коррекционные технологии здоровья [3].

Рассмотрим подробней применения данных технологий в дошкольных учреждениях:

*Динамические паузы* – используются в качестве профилактики переутомления детей, которые включают в себя гимнастику для глаз, элементы дыхательной гимнастики, а так же другие маропроятия в зависимости от вида и формы занятия.

*Подвижные и спортивные игры* можно проводить как на прогулке, так и в группе. Такая форма работы с детьми определяет разную степень подвижности: среднюю и высокую. Все игры необходимо подбирать с учетом возраста детей и местом проведения. В детских садах в основном используют элементы спортивных игр.

*Релаксацию* целесообразно проводить под спокойную, мелодичную музыку. Очень эффективно использовать классические музыкальные произведения Чайковского, Рахманинова. В зависимости от состояния детей и месте проведения, воспитатель определяет интенсивность релаксации по времени и плотности.

*Пальчиковая гимнастика* в данное время рекомендуются всем детям дошкольного возраста. Можно проводить в любой отрезок времени как в первую половину дня, так и во вторую, после сна.

*Организованная образовательная физкультурная деятельность* проводится в дошкольных учреждениях три раза в неделю, согласно Программе «Растим личность». Два занятия проводится в спортивном зале, одно на свежем воздухе.

*Игротерапия* относится к проблемно – игровой деятельности и проводится в основном во второй половине дня. Время данной формы работы с детьми не ограничено, организация игротерапии как правило проходит незаметно для ребенка, однако педагог включается в игровую деятельность решая поставленные задачи.

*Коммуникативные игры* включают проведение бесед, игр, занятий художественной деятельностью. Данная форма работы проходит комплексно включая разные области развития дошкольников, может состоять из несколько частей, включая определенные схемы проведения.

*Технологии музыкального воздействия* как правило используются как дополнительные формы оздоровительной работы для снятия физического, психологического напряжения, а так же для повышения эмоционального настроя.

*Сказкотерапия* является, как правило, способом психологической терапевтической и развивающей работы. Сказки можно придумать коллективно, индивидуально, повторить рассказанную сказку, и даже показать действия героев.

Специфика формирования основ здоровья у дошкольников включает в себя: охрану и укрепление здоровья, воспитание привычки к здоровому образу жизни, организацию разносторонней деятельности, направленной на сохранение здоровья детей, реализацию комплекса воспитательно-образовательных, оздоровительных и лечебно-профилактических мероприятий.

**Вывод**. Таким образом, в формировании представлений о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста педагог может использовать различные методики, используя их в построении образовательно-воспитательного процесса, варьируя ими, однако наибольшей эффективности в воспитании можно ожидать лишь тогда, когда педагог будет сам являться примером для подражания, и когда работа будет проводиться в системе.

**Список литературы**

1. Государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки ДНР №287 от 04.04.2018) (ГОС ДО) [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://dnr-online.ru/download/ob-utverzhdenii-gosudarstvennogo-obrazovatelnogo-standarta-doshkolnogo-obrazovaniya/>
2. Дошкольная педагогика: учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / Под ред. Козловой С.А., Куликовой. Т.А. – М.: Академия, 2014. – 416с.
3. Здоровьесберегающая педагогика: учебник для СПО/ Т.В.Макеева, Л.Ф.Тихомирова. – М.: Юрайт, 2018 . – 256 с.
4. Сорокина, И.В. Формы и методы работы по формированию у детей здорового образа жизни // Молодой ученый. – 2016. – №6. –С. 823-825.
5. Типовая образовательная программа дошкольного образования «Растим личность» / авт.-сост. Арутюнян Л.Н, Сипачева Е.В., Макеенко Е.П., Котова Л.Н, Михайлюк С.И., Бридько Г.Ф., Губанова Н.В., Кобзарь О.В.– ГОУ ДПО«Донецкий РИДПО». – Донецк: Истоки, 2018. – 208 с.