**Здоровьесберегающие технологии в детском саду.**

**Образовательная область: физическое развитие.**

**Аннотация к вариативной программе по «Здоровьесбережению дошкольника» в группе младшего возраста.**

**Актуальность:** Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит более чем остро. Словосочетания «здоровьесберегающие технологии» и формирование здорового образа жизни заняли прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы педагогов всех элементов образовательной структуры, начиная от дошкольных учреждений. Но проблема по-прежнему остается актуальной. Как же нужно воспитывать ребенка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться?

 В настоящее время отмечается усиление оздоровительно-образовательного потенциала физической культуры, включающего в себя формирование культуры движений, осознанной установки детей на здоровый образ жизни, развитие ценностных ориентаций, положительных личностных качеств и активной жизненной позиции по отношению к собственному здоровью. В работе с детьми широко используются новые виды физкультурных занятий, которые дополняют и обогащают традиционные формы двигательной деятельности, ведется разработка и внедрение в практику дошкольных учреждений инновационных технологий образования и оздоровления детей.

**Цель программы:** совершенствование системы здоровьесберегающей деятельности дошкольного образовательного учреждения с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

**Задачи:**

1. Охранять и укреплять физическое и психическое здоровье воспитанников.
2. Создавать условие для приобщения детей к здоровому образу жизни, формирования культуры здоровья воспитанников.
3. Обогащать двигательный опыт с учетом возрастных и индивидуальных возможностей детей.
4. Обеспечивать физический и психологический комфорт и благополучие воспитанников во время пребывания детей в детском саду.
5. Приобщать родителей воспитанников к совместной реализации здоровьесберегающих технологий в ДОУ.

**Принципы организации работы по здоровому образу жизни:**

**Принцип активности и сознательности** — определяется через участиевсего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей. Обеспечение высокой степени инициативы и творчества всех субъектов образовательного процесса.

**Принцип систематичности и последовательности**в организации здоровьесберегающего и здоровьеобогащающего процесса. Принцип предполагает систематическую работу по оздоровлению и воспитанию валеологической культуры дошкольников, постепенное усложнение содержания и приемов работы с детьми на разных этапах педагогической технологии, сквозную связь предлагаемого содержания, форм, средств и методов работы;

**«Не навреди»** - Это принцип является первоосновой в выборе оздоровительных технологий в детском саду, все виды педагогических и оздоровительных воздействий должны быть безопасны для здоровья и развития ребенка.

**Доступности и индивидуализации** – Оздоровительная работа в детском саду должна строится с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

**Системного подхода** – оздоровительная направленность образовательного процесса достигается через комплекс избирательно вовлеченных компонентов взаимодействия и взаимоотношений, которые направлены на полезный результат – оздоровление субъектов образовательного процесса (из теории функциональных систем П.К. Анохина).

**Оздоровительной направленности** — нацелен на укрепление здоровья в процессе воспитания и обучения. Оздоровительную направленность должны иметь не только физкультурные мероприятия, но и в целом вся организация образовательного процесса в детском саду.

**Комплексного междисциплинарного подхода**. Работа учитывает тесную связь между медицинским персоналом ДОУ и педагогическим коллективом, а также отсутствие строгой предметности.

**Методы работы:**

1. Словесный
2. Наглядный
3. Практический

**Формы организации двигательной активности в ДОУ:**

* физические занятия в зале и на спортивной площадке
* утренняя гимнастика
* физкультминутки
* оздоровительный бег
* физкультурные досуги, праздники, “Дни здоровья”
* индивидуальная работа с детьми.

**Участники образовательного процесса:** участниками образовательного процесса являются дети 3-4 лет; родители (их законные представители), педагоги, медицинский работник, музыкальный работник. (а образовательном процессе по программе возможно включение детей с ОВЗ)

**Режим занятий:** занятия по физической культуре проходят 2 раза в неделю – НОД (вторник и четверг в 9:15)

Для качественной реализации поставленных задач в ДОУ созданы все необходимые условия: в саду имеется музыкальный зал, в котором для проведения занятий имеется: пианино, музыкальный центр, проектор, ноутбук, необходимые музыкальные инструменты, дидактические игры, необходимое спортивное оборудование: мячи, обручи, мешочки с песком, канаты, кегли и другое; массажные коврики для профилактики плоскостопия, массажёры для стоп, нетрадиционное оборудование. Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий; - на территории детского сада оборудована спортивная площадка, нанесена цветовая разметка для увеличения двигательной активности детей на прогулке; гимнастической стенкой, турниками. - имеются различные виды картотек: подвижные игры; упражнения для развития основных видов движения, картотека физкультминуток и пальчиковых игр и др.

**РППС:** в каждой возрастной группе имеются уголки движения (спортивные уголки), где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов. Ежегодно проводится частичный ремонт оборудования, обновляется мебель в соответствии росту и возрасту воспитанников, развивающая среда в группах пополняется нетрадиционным оборудованием.

**Предполагаемые результаты:**

* Сформированные навыки здорового образа жизни.
* Правильное физическое развитие детского организма, повышение его сопротивляемости инфекциям.
* Улучшение соматических показателей здоровья и показателей физической подготовленности.

**Совместная деятельность педагогов с семьями воспитанников строится на следующих положениях:**

* Ознакомление родителей с результатами мониторинга здоровья и физического развития детей в каждой возрастной группе; уровня развития здоровьессберегающей компетентности воспитанников;
* Целенаправленная санитарно просветительская работа, пропагандирующая общегигиенические требования, необходимость рационального режима и полноценного, сбалансированного питания, закаливания и т.п.;
* Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в детском саду и семье, обучение основным методам профилактики детской заболеваемости (разнообразным приемам закаливания, массажа, дыхательной гимнастики, фитотерапии;
* Проведения дня открытых дверей для родителей с присмотром и организацией разнообразных занятий;
* Проведение совместных физкультурных досугов, праздников.