*МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «СЕВЕРЯНОЧКА»*

**Доклад на педагогическом совете**

***«Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе ДОУ»***

*Подготовил:*

*тьютор Гайдук Е.М.*

*с. Гыда*

*2022 г.*

*«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».*

*В.А. Сухомлинский*

Формирование жизнеспособного подрастающего поколения - одна из главных задач развития страны. Здоровье - не всё, но всё без здоровья ничто! Если есть здоровье - человек радуется, спокойно живет, работает, учится, ходит в детский сад. Без здоровья нельзя жить, любить, нельзя быть красивым, обаятельным. Первые шаги к здоровью, стремление к здоровому образу жизни, к познанию самого себя, формированию культуры здоровья делаются в дошкольном учреждении.

**Здоровьесберегающие 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 родителей.

**Здоровьесберегающие технологии** можно рассматривать как сертификат безопасности для **здоровья** и как совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые дополняют традиционные педагогические **технологии задачами здоровьесбережения**.

В ходе применения **здоровьесберегающих технологий** в нашем дошкольном учреждении **процент** заболеваемости снизился.

**Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании**:

Применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального **здоровья** воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры, как совокупности осознанного отношения ребенка к **здоровью и жизни человека**, знаний о **здоровье и умений оберегать**, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи **здорового образа** жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

Применительно к взрослым – содействие становлению культуры **здоровья**, в том числе культуры профессионального **здоровья** воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.

Виды **здоровьесберегающих технологий**, которые мы применяем в нашем дошкольном учреждении в ходе **образовательного процесса**:

1. **физкультурно-оздоровительные**;

2. **технологии** обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;

3. **здоровьесбережения и здоровье** обогащения педагогов дошкольного **образования**;

4. валеологического просвещения родителей;

5. **здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду**.

**Физкультурно-оздоровительные технологии** - направлены на физическое развитие и укрепление **здоровья ребёнка**, развитие физических качеств,двигательной активности и становление физической культуры дошкольников:

• закаливание КГН;

• беседы по валеологии;

• спортивные праздники;

• спортивные развлечения и досуги;

• недели **здоровья**;

• соревнования;

• прогулки-походы.

**Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов - технологии**, направленные на развитие культуры **здоровья** педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального **здоровья**, развитие потребности к **здоровому образу жизни**.

**Здоровьесбережение в работе с педагогами ДОУ:**

Семинары-тренинги «Психологическое **здоровье педагогов**»;

Консультации для педагогов «Признаки утомляемости ребёнка дошкольника», «Запрещённые физические упражнения для детей дошкольного возраста», «Как правильно провести гимнастику (различные виды) с дошкольниками», «Профилактика утомляемости дошкольников в ДОУ» «Работа воспитателя по разделам программы «Основы безопасности и жизнедеятельности детей» и др.;

Практикум для педагогов ДОУ «Приёмы релаксации, снятия напряжения в течение рабочего дня»;

Обсуждение вопросов **здоровьесбережения** на педагогических советах.

**Валеологического просвещения родителей** - это **технологии**, направленные на обеспечение валеологической **образованности** родителей воспитанников ДОУ, обретение ими валеологической компетентности. Валеологическое **образование** родителей мы рассматриваем как непрерывный **процесс** валеологического просвещения всех членов семьи.

**Взаимодействие ДОУ с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей**:

Оформлены информационные стенды для родителей в каждой возрастной группе работают рубрики, освещающие вопросы **оздоровления без лекарств**(комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, для развития общей и мелкой моторики, пальчиковые игры;

Консультации, беседы с родителями по вопросам **здоровьесбережения**.

**Здоровьесберегающие образовательные технологии** в детском саду - это прежде всего **технологии** воспитания валеологической культуры или культуры **здоровья дошкольников**.

Современные **здоровьесберегающие технологии**, которые мы используем в системе дошкольного **образования отражают две линии оздоровительно-развивающей работы**:

• приобщение детей к физической культуре;

• использование развивающих форм **оздоровительной работы**.

В настоящее время для нас одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние **здоровья детей**. Вырастить **здорового** ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать нам, педагогам дошкольных учреждений. Полноценное физическое развитие и **здоровье** ребенка – это основа формирования личности.

Физическое **здоровье** детей неразрывно связано с их психическим **здоровьем**, эмоциональным благополучием. Исходя из принципа «**здоровый** ребенок – успешный ребенок», считаю невозможным решение проблемы воспитания социально адаптированной личности без осуществления системы мероприятий по **оздоровительной** работе и физическому воспитанию детей. Поэтому в настоящее время в качестве одного из приоритетных направлений моей педагогической деятельности выделяю применение в условиях детского сада **здоровьесберегающих технологий**.

Применение мною в работе ДОУ **здоровьесберегающих педагогических технологий** повысила результативность **воспитательно-образовательного процесса**, сформировала у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление **здоровья воспитанников**, в дальнейшем буду создавать условия для возможности корректировки **технологий**.

Проведя в конце учебного года статистический мониторинг **здоровья детей**, буду вносить необходимые поправки в интенсивность **технологических воздействий**, с обеспечением индивидуального подхода к каждому ребенку, а также буду формировать положительные мотивации у педагогов ДОУ и родителей детей.

Используемые мною в комплексе **здоровьесберегающие технологии** формируют у ребенка стойкую мотивацию на **здоровый образ жизни**.

Только **здоровый** ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

**Этапы внедрения здоровьесберегающих технологий**

• Анализ исходного состояния **здоровья**, физического развития и физической подготовленности дошкольников, их валеологических умений и навыков, а также **здоровьесберегающей среды ДОУ**.

• Организация **здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ**.

• Установление контактов с социальными партнёрами ДОУ по вопросам **здоровьесбережения**.

• Освоение педагогами ДОУ методик и приёмов **здоровьесбережения** детей и взрослых ДОУ.

• Внедрение **разнообразных** форм работы по сохранению и укреплению **здоровья** для разных категорий детей и взрослых.

• Работа валеологической направленности в родителями ДОУ.

Система **здоровьесбережения в ДОУ**:

• различные **оздоровительные режимы**(адаптационный, гибкий, щадящий, по сезонам, на время каникул);

• комплекс закаливающих мероприятий (воздушное закаливание, хождение по “дорожкам **здоровья”**, профилактика плоскостопия; хождение босиком, “топтание” в тазах, полоскание горла и рта, максимальное пребывание детей на свежем воздухе, бодрящая гимнастика);

• физкультурные занятия всех типов;

•оптимизация двигательного режима: традиционная двигательная деятельность детей (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, проведение подвижных игр, прогулки) и инновационные **технологии оздоровления и профилактики**(ритмопластика, логоритмика, сухой бассейн, массажёры, тактильные дорожки);

• организация рационального питания;

• медико-профилактическая работа с детьми и родителями;

• соблюдение требований СанПиНа к организации педагогического **процесса**;

• комплекс мероприятий по сохранению физического и психологического **здоровья педагогов**.

**Направления работы по здоровьесбережению в ДОУ**

• Интеграция задач **физкультурно-оздоровительной** работы в различные виды совместной деятельности;

• Внедрение инновационных **здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс ДОУ**;

• **Разнообразие** форм физкультурно - досуговой деятельности с дошкольниками;

• Формирование привычки к **здоровому образу** жизни у дошкольников, педагогов и родителей;

• Совершенствование физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием **здоровья ребенка**;

• Выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через **систему спортивно-оздоровительной работы**;

• Обеспечение физического и психического благополучия каждого ребёнка в ДОУ.

**Результаты внедрения здоровьесберегающих**

**технологий в ДОУ**

1. Сформированные навыки **здорового образа жизни воспитанников**, педагогов и родителей ДОУ.

2. Взаимодействие специалистов ДОУ в организации **физкультурно-оздоровительной** работы с дошкольниками специализированных групп.

3. Проявление толерантности всех участников внедрения **здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс ДОУ**.

4. Формирование нормативно-правовой базы по вопросам **оздоровления дошкольников**.

5. Внедрение научно-методических подходов к организации работы по сохранению **здоровья детей**, к созданию **здоровьесберегающего образовательного** пространства в ДОУ и семье;

6. Улучшение и сохранение соматических показателей **здоровья дошкольников**.

**Десять золотых правил здоровьесбережения:**

• Соблюдайте режим дня!

• **Обращайте** больше внимания на питание!

• Больше двигайтесь!

• Спите в прохладной комнате!

• Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!

• Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!

• Гоните прочь уныние и хандру!

• Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!

• Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!

• Желайте себе и окружающим только **добра**!