

Здоровьесберегающие технологии в ДОУ по ФГОС



В последнее время вопрос о состоянии здоровья наших детей, к сожалению, встает особенно остро, как перед родителями, так и перед педагогами. Если обратиться на несколько десятилетий назад, то можно увидеть, что дети рождались более здоровыми, крепкими. Не было такого бесчисленного множества врожденных заболеваний, различных патологий, страшных диагнозов.

Конечно, во все времена рождались дети слабые, болезненные, уязвимые. Но все познается в сравнении. Даже если рассматривать такой фактор, как [уровень иммунитета](#), как у детей, так и у взрослых, то и без статистики очевидно, насколько сильно ухудшилась ситуация за последние несколько десятков лет. Нашим детям в современном мире приходится расти и развиваться на фоне угрожающей экологической ситуации, постоянного стресса. Это не может не отражаться как на физическом, так и на психологическом здоровье ребенка.



Среди задач общеобразовательных дошкольных учреждений на первый план выходит использование [здоровьесберегающих технологий в ДОУ](#). Рассмотрим подробнее основные цели, которые ставят перед собой современные здоровьесберегающие технологии в ДОУ по ФГОС.

Цели здоровьесберегающих технологий в детском саду

- Обеспечение и поддержание здоровья воспитанников на высоком уровне.
- Формирование осознанного отношения ребенка к своему здоровью.
- Формирование умения поддерживать свое здоровье.
- Поддержание связи с родителями в работе валеологической направленности.
- Просвещение взрослых в плане культуры здоровья.



Эффективность образовательной и воспитательной работы педагогов во многом зависит от результата грамотного применения и системного подхода в таком направлении, как [здоровьесбережение в детском саду](#). Бесспорно, что ребенок, в первую очередь, должен быть здоров, как физически, так и психологически. Недоработки и упущения в вопросе охраны здоровья детей сказываются и на воспитательном, и на образовательном процессе. Технологии здоровьесбережения имеют множество направлений, которые помогают комплексно подойти к задаче охраны здоровья ребенка.

Направления работы

- Важнейшее значение имеет медицинское направление в использовании здоровьесберегающих технологий в ДОО. Оно включает в себя систему [профилактики различных заболеваний](#), медицинские осмотры с привлечением специалистов из поликлиники, [коррекционную работу в](#)

[специализированных группах](#), контроль течения хронических заболеваний у детей с третьей группой здоровья, витаминoproфилактику, противоэпидемическое направление.

- Нельзя переоценить значение [закаливающих мероприятий в детском саду](#), таких как воздушные процедуры, [подвижные игры](#), [пальчиковая гимнастика](#), [профилактика плоскостопия](#), [тонизирующая гимнастика](#), [формирование осанки](#), [хождение босиком](#), точечный массаж, профилактика заболеваний дыхательных путей.
- В последнее время многие талантливые педагоги и руководители ДОО все чаще обращаются к [инновационным технологиям](#). Это и тактильные дорожки, и массажеры, и ритмопластика, и логоритмика.
- Контроль над соблюдением норм здорового питания. Сбалансированный рацион ребенка является одним из обязательных условий развития и роста детского организма. Наличие в меню фруктов, овощей, отварного мяса, злаков, молочных продуктов – это норма, которой обязаны соответствовать все ДОО.



- Соответствие требованиям СанПина к подходу и [организации воспитательного процесса](#). Контроль за соблюдением санитарных и гигиенических норм осуществляется на постоянной основе и является одним из направлений здоровьесбережения дошкольников.
- Не стоит забывать о физическом и психическом состоянии педагогов, так как все проблемы педагога отражаются на эмоциональном уровне. Организуются различные семинары-тренинги о психологическом состоянии педагогов, консультативные занятия для педагогов, направленные на своевременное выявление признаков утомляемости у детей, семинары по безопасности в повседневной жизни детей. Также в рамках педсоветов по здоровьесбережению в ДОО проводится обсуждение вопросов охраны здоровья дошкольников в коррекционных группах.

- Взаимодействие дошкольного учреждения с семьей по вопросам здоровьесбережения ребенка предусматривает [стенды информационного характера](#) в каждой группе, освещающие ряд актуальных вопросов для родителей [по сохранению зрения ребенка](#), профилактике заболеваний дыхательных путей, развитию общей и [мелкой моторики](#). С [родителями проводятся беседы, консультации](#) на тему охраны здоровья ребенка. Педагоги стараются привлекать родителей к участию в физкультурных мероприятиях, праздниках.



Для того чтобы работа в таком направлении, как здоровьесберегающие технологии в ДОУ по ФГОС, принесла реальную пользу для наших детей, необходимо создавать для них оптимальные условия в детском саду, включать в повседневную жизнь ребенка [систему технологий здоровьесбережения](#), учитывая его индивидуальные особенности. Пусть это будет в игровой форме, чтобы у ребенка с детства формировались [полезные привычки](#) и позитивное отношение к охране своего здоровья.