

Здоровьесбережение по ФГОС

В современных учреждениях дошкольного типа акцентируется огромное внимание на сохранении, поддержке и обогащении здоровья детей. Воспитатели работают на обеспечение и сохранение наиболее высокого уровня здоровья дошкольников в детских садах, используя интегральный подход к детскому здоровью в целом. На основании этого у ребенка формируется восприятие понятия «здоровье» и необходимость заботиться о нем.

Сегодня вопрос здоровья первоочередной во многих детских учреждениях. Так и в детских садах выполнение условий данного вопроса является важнейшей задачей. Как правило, вспомогательными составляющими в обеспечении здоровья детей являются **здоровьесберегающие технологии - это главные составляющие модернизированного детского сада**. Основная цель здоровьесберегающих технологий состоит в поддержании высокого уровня здоровья дошкольников, формировании у них качественных знаний и навыков построения активного и здорового образа жизни. **Стоит отметить, что здоровьесберегающие технологии в детском саду по ФГОС отличаются от других образовательных технологий своей комплексной диагностикой состояния организма ребенка и возможностью проанализировать динамику, благодаря которой получают полную картину оценки здоровья дошкольника.**

Виды здоровьесберегающих технологий в детском саду по ФГОС

Как правило, здоровьесберегающие технологии в детском саду подразделяются на:

физкультурно-оздоровительные,
технологии организации социально-психологического равновесия ребенка,
работу по просвещению родителей по общей теории здоровья,
работу по здоровьесбережению и здоровьеобогащению воспитателей дошкольного образования,
здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании.

Основные задачи здоровьесберегающих технологий в детском саду по ФГОС:

сохранение уровня здоровья и подбор пошагового увеличения уровня здоровья воспитанников;

создание обстановки для комплексного психофизиологического развития ребенка;

обеспечение комфортных условий жизни на протяжении нахождения ребенка в детском саду.

Использование здоровьесберегающих технологий в детском саду

Реализация указанных выше задач возможна благодаря внедрению целого ряда современных здоровьесберегающих технологий в дошкольное образование, направленных на реконструкцию и сохранение здоровья. И это не случайно, так как в разработку методик заложены многофункциональные аспекты развития ребенка. Квалифицированные медики все чаще заостряют свое внимание на повышенном росте заболеваемости среди детей детских учреждений и обращают внимание воспитателей на необходимость активизации работы по сохранению здоровья детей. С точки зрения специалистов в области медицины, лишь совместная плодотворная работа педагога дошкольного образования, родителей и детей способна обеспечить комплексное единство физического и духовного в жизни дошкольника.



Физминутки

Методики здоровьесбережения акцентируют внимание на учете правильного распределения нагрузок физического характера в связи с возрастными параметрами, профилактики перенагрузки детей. Поэтому в современном мире специалисты настаивают на необходимости проведения небольших перерывов между занятиями в виде определенных упражнений для глаз и рук - это так называемые физминутки для дошкольников.

Ортопедическая гимнастика

Кроме того, сегодня в детских садах педагоги дошкольного образования больше времени уделяют гимнастическим упражнениям, как общего характера, так и специального назначения. Одним из популярных видов является ортопедическая гимнастика, которая ориентирована на профилактику болезней опорно-двигательной системы. Такой вид гимнастики актуален сегодня в связи с частым развитием у детей младшего возраста плоскостопия.



Массаж

Массаж – одно из любимых занятий дошкольников. Однако здесь важно помнить воспитателю о вреде самомассажа и важности умения доступно объяснить ребенку, что необходимо делать, чтобы не нанести вред своему организму.

Закаливание

Нельзя не сказать и о пользе главной составляющей физического воспитания – закаливания. Эта процедура воздействует на защитные силы организма, развивает устойчивость к окружающей среде. Однако необходимо помнить, что несоблюдение всех принципов закаливания может привести к негативным последствиям.

Эстетическое и нравственное воспитание

Мероприятия игрового плана в дошкольных учреждениях происходят по группам с учетом возрастных категорий и степени подвижности детей. В детских учреждениях современного типа акцентируется внимание не только на физическом, но

и на эстетическом воспитании и здоровье. На занятиях нравственной направленности воспитанники детских садов имеют возможность посещать театры, выставки. Но ни для кого не является тайной, что основные азы нравственности ребенок получает при общении с семьей и воспитании дома.



Проанализировав характеристики и последствия от применения каждой методики можно абсолютно точно сказать, что все выше оговоренные технологии выполняют оздоровительную функцию. Комплексное использование **здоровьесберегающих технологий в детском саду по ФГОС** – это гарант полноценного развития организма ребенка.

