**Применение здоровьесберегающих технологий в ДОУ по ФГОС.**

Физическое и психическое здоровье «маленького человека» – важнейшая тема, вызывающая пристальное внимание как родителей, так и педагогов. Ребёнок большую часть дня проводит в садике, следовательно, дошкольная организация в значительной степени отвечает за сохранение и укрепление его здоровья. Здоровый, полный сил и энергии малыш с энтузиазмом включается в игру, развивающую деятельность, он активен и жизнерадостен, поэтому тема применения методических наработок и технологий, обеспечивающих сохранность здоровья детей, расценивается как важнейшая в современном дошкольном образовании.

**Цели и задачи:**

Здоровьесберегающие технологии — это инструмент реализации профилактических мероприятий, нацеленных на сбережение, поддержание и обогащение ресурса здоровья воспитанников дошкольных образовательных организаций.

Формирование привычки грамотного и заботливого отношения к собственному организму, уважения к здоровому образу жизни начинается с раннего детства. Этап дошкольного детства в физиологическом и психосоматическом развитии ребёнка является определяющим в формировании основ здоровья на перспективу всей жизни человека. В настоящее время, по информации системы здравоохранения, вызывают тревогу статистические показатели, свидетельствующие о проблеме снижения качественных показателей здоровья детей.

**Задачи:**

1. создать условия для физического и психического благополучия воспитанников и педагогического коллектива;

2. в доступной форме закладывать базовые знания о пользе занятий физической культурой, необходимости соблюдения гигиенических правил;

3. развивать двигательные навыки и физические способности детей;

4. формировать теоретические знания и практические навыки основ безопасности жизнедеятельности;

5. оказывать поддержку семье в её желании сохранить здоровье ребёнка и привить ему культуру здорового образа жизни.

**Виды.**

Основные группы мер по сохранению здоровья:

1. Медико-профилактические — направлены на сохранение здоровья воспитанников при непосредственном участии администрации садика и коллектива медицинских работников, руководствующихся медицинскими нормами и использующих медицинские средства.

2. Физкультурно-оздоровительные — опираются на природные свойства двигательной активности ребёнка, стремятся к повышению качественных характеристик физических данных, воспитанию навыков заботы о здоровье и формированию физической культуры детей.

3. Методический комплекс социальной самореализации и психологического комфорта ребёнка — обеспечивает психическое здоровье воспитанника. Основная цель этих методов работы состоит в создании позитивного настроя эмоционального благополучия и гармоничного психологического самочувствия ребёнка в ситуации общения с окружающими сверстниками и взрослыми. Реализует эти технологии психолог в сотрудничестве с коллективом воспитателей.

4. Бережное отношение к потенциалу здоровья педагогического коллектива ДОУ — развитие здравоохранительной профессиональной культуры и популяризация мировоззрения здорового образа жизни.

Усилия педагогического коллектива детского сада и медицинских работников, нацеленные на заботу о здоровье своих воспитанников, базируются на данных диагностического исследования. Результаты фиксируются в персональной карте развития малыша и в дальнейшем эти данные определяют направление и допустимые формы работы с ребёнком. Желательно, чтобы каждая группа имела свою тетрадь здоровья, куда заносятся результаты работы, проанализированные на совместном совещании педагогов и медиков.

Для создания полноценных условий осуществления политики здоровьесбережения детей важнейшей задачей является организация специальной среды, которая будет способствовать, с одной стороны, повышению двигательной активности малышей, а, с другой, позволит вовремя подключить режим расслабления и отдыха.

**Двигательная развивающая среда включает:**

Физкультурный зал, оснащённый необходимым оборудованием (мини-комплекс, горка) и спортивными снарядами, которые усилят эффективность занятий, разовьют спортивный характер, повысят интерес к подвижным играм и физическим упражнениям.

Спортивная площадка, включающая беговую дорожку, яму с песком для прыжков, полосу препятствия, создаст материально-технические условия проведения занятий с ребятами на свежем воздухе.

Динамические уголки в группах, представляющие собой комбинацию различных дорожек и гимнастических модулей, оснащённые страховочными матами для профилактики травматизма. Разнообразные «косички», дуги, обручи помогут развить гибкость, укрепить мышцы спины, усовершенствовать пластические навыки, кроме того, снимут психологическое напряжение от умственных занятий.

Небольшие подручные тренажёры, часть которых является плодом творчества и изобретательности педагогов, будут работать в направлении профилактики плоскостопия и развития мелкой моторики. Подобные пособия должны быть доступными для детей.

Уголки уединения и умиротворения создадут комфортную для малыша обстановку, располагающую к созерцанию, расслаблению на мягких ковриках, телефонной задушевной беседе с мамой, если вдруг почувствовал себя одиноким.