**Современные здоровьесберегающие технологии, используемые**

**в детском саду в соответствии с ФГОС ДО**

*Алоян М.Т., воспитатель,*

*МБДОУ детский сад № 14 «Сказка».*

 *«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*

Одной из основных задач каждого дошкольного образовательного учреждения, обозначенных в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования, является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.  Поэтому в каждом дошкольном учреждении уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение  приоритетной задачи современного дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей.

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.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании:

- медико-профилактические;

- физкультурно-оздоровительные;

- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;

- здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования;

- валеологического просвещения родителей;

- здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

**Существующие здоровьесберегающие образовательные технологии можно выделить в три подгруппы:**

* Здоровьсберегаюшие технологии,технологии сохранения и стимулирования здоровья:

Стретчинг,  динамические паузы, релаксация , динамическая гимнастика, гимнастика корригирующая,  гимнастика ортопедическая и др.

* Технологии обучения здоровому образу жизни

Проблемно-игровые (игротреннинги и игротералия), коммуникативные игры, точечный самомассаж и др..

* Коррекционные технологии

      Технологии музыкального воздействия сказкотерапия, технологии воздействия цветом, звуком и др.

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

Современные здоровьесберегающие технологии, важное звено в системе физического воспитания детей. Они обеспечивают тренировку защитных сил организма, повышают его устойчивость к воздействию постоянно изменяющихся условий внешней среды. Такие технологии дают оздоровительный эффект только при условии его грамотного осуществления и обязательного соблюдения комплекса мер, а также схем индивидуального обучения.

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное развитие.

Если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только физически, но и личностно, интеллектуально, духовно.

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.

*Литература:*

1.Матвеева Т.Г. Современные образовательные технологии в ДОУ // Педагогическое мастерство и педагогические технологии: материалы V Междунар. науч.–практ. конф. Чебоксары, 2015 г.

2. Николаева Е.И. Федорук В.И. Захарина Е.Ю. Здоровьесбережение и здоровьеформирование в условиях детского сада . - СПб.: Детство- Пресс, 2014.

3. Сафаргулина Э.И. Виды здороьесберегающих технологий в педагогическом процессе ДОУ // Дошкольное образование: опыт, проблемы, перспективы развития: материалы VII Междунар. науч.–практ. конф. Чебоксары, 2015 г.