**«Здоровьесберегающие технологии в ДОУ по ФГОС»**

**Т.А.Чекалкина, воспитатель**

**М.А.Ланина, воспитатель**

МАДОУ №95 г. Томск

С каждым годом возрастает процент детей имеющих отклонения в здоровье ,наблюдается тенденции непрерывного роста общего уровня заболевания среди дошкольников. Это связано с массы негативных явлений современной жизни: тяжелыми социальными потрясениями, экологическим неблагополучием, экономической нестабильности, ярко выраженным разделение населения по имущественному признаку, низким уровнем развития института брака и семьи: массовым распространением алкоголизма, курения, наркомании; несовершенной системы здравоохранения и воспитательной базы образовательного учреждения и семьи. Поэтому потребность формирование представлений о здоровом образе жизни возрастает и требует поиска новых путей в образовании воспитании и развития детей.  
  На сегодняшний день в России сложилась крайне отрицательная демографическая ситуация, когда каждое поколение родившихся по численности меньше поколения своих родителей и не может восполнить убыли населения. Это говорит о социальной катастрофе, связанной, прежде всего, с национальной безопасностью и состоянием здоровья будущего поколения поэтому проблема ухудшения здоровья населения страны и особенно детей становится национальной.  
  Старший дошкольный возраст- это период интенсивного усвоения самых разных правил, не только учебных, но и общественной жизни. Всю информацию которую дети этого возраста получают из внешнего мира, они буквально в пяти будет как губки и наиболее восприимчивы к тому, что им говорят взрослые.

Усилия работников нашего ДОУ полностью нацелены на оздоровление ребёнка- дошкольника, культивирования его здорового образа жизни. Здоровьесберегающая среда, созданная для реализации поставленных задач, соответствует современным нормам и требованиям. Созданы все необходимые санитарно- гигиенические и материально – технические условия для работы в данном направлении[1].  
   В ДОУ имеется медицинский блог: кабинет старшей медицинской сестре, прививочный кабинет, изолятор.  
  Спортивный зал, оборудованный современным спортивным инвентарем, необходимым Мелким и крупным оборудованием. Спортивная площадка со спортивным комплексом для проведения спортивных игр, эстафет и физкультурных занятий на свежем воздухе. Прогулочные участки с малыми архитектурными формами и верандами. В каждой группе есть спортивный уголок, который оснащен спортивным инвентарем, атрибутами для подвижных игр. Для профилактики плоскостопия в группах имеется массажные коврики, ребристые доски и массажные дорожки. Наряду с традиционными физкультминутка ми и динамическими паузами воспитатели всех групп проводит с детьми закаливающие процедуры, релаксирующую и пробуждающую гимнастики, упражнения для формирования правильной осанки.  
    
  Здоровый образ жизни – это не только физкультура и спорт, но и здоровое рациональное питание, формирование КГН, основы безопасности жизни.  
    Для формирования у дошкольников безопасных основы жизни в детском саду функционирует комната дорожного движения. Автогородок со специальной разметкой необходим для закрепления знаний и навыков правил дорожного движения в игре и при решении проблемных ситуаций.  
    Для психологического здоровья детей в учреждении есть музыкальный зал современным оборудованием, театральная студия, ИЗО студия, кабинет психолога.

Большое значение в создании благоприятных условий для формирования у дошкольников представление о здоровом образе жизни имеет система дошкольного образования и семья ребёнка, поскольку забота обо укрепление здоровья ребёнка – проблема не только медицинская, но и педагогическая, правильно организованная работа с детьми и семьей, нередко в большой степени, чем всё медико – гигиенические мероприятия, обеспечивает формирование здоровья и здорового образа жизни. Все программы дошкольных учреждений должны быть нацелены на гармоничное развитие ребёнка, должны предусматривать создание условий для формирования укреплению его здоровья, а для этого, безусловно, необходимо тесное взаимодействие педагогов и родителей[2].  
     Без активного взаимодействия в системе «ребёнок – родитель – педагог» Невозможно эффективное развитие ребёнка. Основной педагогической модели взаимодействия ДОУ и семьи по формированию основ здорового образа жизни является воспитание не только физически крепкого ребёнка, но и цельной личностью с устойчивой нервной системы, готовы к успешной бытовой, трудовой и социальной адаптации к реальным условиям жизни, интеграции в обществе[3].

   Семья и детский сад должны быть связаны формой преемственности, чтобы облегчить непрерывность воспитания и обучения детей.    
    Педагоги используют разнообразные формы работы с родителями: открытые занятия, досуги, спортивные праздники с участием родителей, встреча с сотрудниками ГБДД. Для родителей в группах оформленные уголки здоровья, папки – перед две передвижки , Выпускаются листовки, буклеты санбюллетени, представлены консультации и рекомендации по здоровьесбережению, созданы энциклопедии, оформлены выставки детского и совместного творчества, фотоколлажи.  
    
  Особенно приятно отметить активное участие родителей в совместной работе с педагогами.  
     Родители поделились опытом семейного воспитания-«Иммунитету -да! Гриппу-нет!», презентованный стихами В. Маяковского.  
    Здорова образ жизни – это не просто сумма усвоенные знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях. Дети могут оказаться в неожиданных ситуациях на улице и дома, поэтому главные задачи является развития у них самостоятельности и ответственности. Все, чему мы учим детей, они должны применять в реальной жизни[4]. Особое внимание следует уделять следующим компонентом здорового образа жизни:

* Совместные занятия физкультурой, прогулки
* Посещение спортивных секций
* Отсутствие вредных привычек у родителей
* Рациональное питание
* Соблюдение режима, правил личной гигиены
* Дружелюбное отношение друг к другу, развитие умение слушать и говорить
* Бережное отношение к окружающей среде, к природе
* Медицинское воспитание, своевременное посещение врача, выполнение различных рекомендаций
* Формирование понятия «не вреди себе сам»

**Литература:**

1.Ушакова, В.Т. сотрудничество с семьей в вопросах оздоровления дошкольников / В. Т. Ушакова// Дошкольная педагогика.-2010,-№8,- С. 55-56

2. Кириллова, Ю.А. Подвижные игры на свежем воздухе в весенний период для родителей с детьми 3-7лет/ Ю.А. Кириллова// Дошкольная педагогика. -2012.-№2,-С.4-8.