

ТЕМА КОНСУЛЬТАЦИИ

«Здоровьесберегающие технологии в ДОО: требования ФГОС и их реализация»

«Образование должно быть здоровьесберегающим (образование + здоровье) т.е. природосообразным и имеющим потенциал оздоровления» (Грядкина Т.С. доцент кафедры дошкольной педагогики РГПУ им. А.И. Герцена). Здоровьесбережение обусловлено умелым использованием педагогами разных моделей взаимодействия педагога с детьми. Задачи, которые ставит педагог решаются через реализацию различных технологий. Особую актуальность обретает проблема использования в дошкольных учреждениях *эффективных здоровьесберегающих технологий*, направленных на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия (ФГОС ДО ст. 1.6). Целью использования здоровьесберегающих технологий является создание психолого-педагогических условий, обеспечивающих своевременное и полноценное психическое и личностно-духовное развитие каждого ребенка, его душевный комфорт, лежащие в основе психологического здоровья. Современное образование предъявляет к разрабатываемым технологиям следующие **требования:**

- системность - технология должна обеспечивать интеграцию целей, содержания технологии и ее методической системы;
- научность- должна иметь необходимое и достаточное научно-практическое обоснование и складываться на основе теоретических концепций и современных научных достижений в педагогике, психологии и медицине;
- соотносимость (когерентность) - направленность технологии должна соответствовать цели и задачам современного образования, условия ее реализации - учитывать реальные возможности и конкретные условия, в которых реализуется образовательный процесс;
- воспроизводимость- должна быть легкой и доступной в реализации для широкого круга специалистов, устойчивой во времени, т. е. давать возможность повторять ее с различными временными интервалами, на разных этапах обучения, образования;
- универсальность - предполагает возможность использования в разных условиях обучения, в групповой и индивидуальной форме, в различных образовательных системах, с детьми разного возраста и разной подготовки, имеющими различные образовательные потребности и проблемы;
- эффективность — технология должна обеспечивать достижение поставленных целей, задач при минимальных усилиях и затратах, гарантировать определенный результат в различных образовательных ситуациях.

Отбор содержания здоровьесберегающих технологий, опирающийся на перечисленные требования, должен соответствовать следующим **критериям:**

- Ценностная направленность на здоровьесбережение всех участников образовательного процесса;
- Гуманистическая направленность определяет внимание к здоровью и жизнедеятельности не только всех детей в целом, но и каждого в отдельности;
- Культуросообразность подразумевает опору на выработанные веками культурные традиции, сформированные в определенной природной среде;
- Научность содержания и применения опирается на соответствие современным достижениям науки;
- Прогностичность обозначает соответствие содержания всех элементов здоровьесберегающих технологий и на всех уровнях конструирования требованиям не только современного общества, но и общества ближайшего будущего;
- Системность и целостность содержания предъявляют требования к содержанию технологии, которые не вызывают противоречий в сознании и физическом развитии участников

образовательного процесса;

- Динамичность и открытость связаны с возможностью расширения и сокращения содержания здоровьесберегающих технологий в зависимости от внешних и внутренних обстоятельств;
- Преемственность обозначает, что здоровьесберегающие технологии должны органично вписываться в содержание современного образования и не противоречить ему, формируя целостную картину мира ребенка;
- Доступность связана с тем, что содержание здоровьесберегающих технологий должно соответствовать возрасту воспитанников, их психическим и физическим возможностям, а также «зоне ближайшего развития» каждого ребенка и детской группы в целом;
- Гендерность связана с учетом гендерных особенностей развития и социальных норм пололевого типизации;
- Практическая значимость содержания отражает связь содержания здоровьесберегающих технологий с реальной жизнедеятельностью ребенка, его семьи, ближайшего социального окружения; направленность этих технологий на конкретную подготовку организма ребенка на решение задач будущего;
- Привлекательность связана с тем, что содержание должно активно затрагивать эмоционально-чувственную сферу ребенка и взрослого, вызывая положительные эмоции и стремление к дальнейшему совершенствованию.

Использование здоровьесберегающих технологий должно быть направлено на выполнение целого ряда функций:

1. Развивающая функция состоит в совершенствовании всех физических и психических возможностей ребенка, его способности быстро ориентироваться в экстремальных ситуациях и адаптироваться к изменяющимся условиям.
2. Воспитательная функция направлена на укрепление психической и физической выносливости, закалке волевых качеств личности.
3. Образовательная функция заключается в ознакомлении ребенка со здоровым образом жизни и его составляющих, приемами по его поддержанию и развитию.
4. Оздоровительно-гигиеническая функция обусловлена тем, что в современных условиях жизни у многих детей при дефиците активного действия развивается гиподинамия, снижается сопротивляемость организма инфекциям. Это делает необходимыми для каждого ребенка ежедневную зарядку, ритмическую гимнастику, проведение физкультурных пауз.
5. Общекультурная функция определяется тем, что внимание к здоровью должно быть органично связано с морально-нравственными целями и стремлениями, с развитием и удовлетворением духовно-эстетических потребностей, получением эстетического наслаждения от красоты человеческого тела и его движений.
6. Организующая функция связана с тем, что занятия физической и психологической культурой организуют и заполняют свободное время ребенка полезными, увлекательными и продуктивными занятиями.
7. Контролирующая и тормозящая функция связана с необходимостью регулярности действий по поддержанию и развитию здорового образа жизни, торможения и преодоления вредных привычек и зависимостей, разрушающих здоровые формы жизнедеятельности.

В современных дошкольных учреждениях здоровьесберегающее образование осуществляется через грамотно организованные воспитателем образовательные ситуации. С точки зрения современных подходов к педагогике, совместная творческая деятельность детей и педагога, является внутренним основанием единства телесного и духовного в жизни ребенка. В дошкольном учреждении используются следующие формы организации здоровьесберегающей работы:

- физкультурные занятия
- самостоятельная деятельность детей
- подвижные игры
- утренняя гимнастика (традиционная, дыхательная, звуковая)
- двигательные-оздоровительные физкультминутки

- физические упражнения после дневного сна
- физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами
- физкультурные прогулки (в парк, на стадион)
- физкультурные досуги
- спортивные праздники
- оздоровительные процедуры в водной среде.

Здоровьесберегающие технологии разделяют на следующие виды:

- *медико-профилактические;*
- *физкультурно-оздоровительные;*
- *технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;*
- *здоровьесбережения и здоровьєобогащения педагогов дошкольного образования;*
- *валеологического просвещения родителей;*
- *здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.*

Медико-профилактические технологии в дошкольном образовании – технологии, обеспечивающие сохранение и преумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОО в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств. К ним относятся следующие технологии: организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровьєсберегающей среды в ДОО.

Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья дошкольников: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др. Реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДОО в условиях специально организованных форм оздоровительной работы.

Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду – технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников. Цель- становление осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. Это технология личностно-ориентированного воспитания и обучения дошкольников. Ведущий принцип таких технологий- учет личностных особенностей ребенка, индивидуальной логики его развития, учет детских интересов и предпочтений в содержании и видах деятельности в ходе воспитания и обучения.

Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка – технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребенка-дошкольника. Основная задача этих технологий- обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье. К ним относятся: технологии психологического или психолого-педагогического сопровождения развития ребенка в педагогическом процессе ДОО

Технологии здоровьєсбережения и здоровьєобогащения педагогов – технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни.

Технологии валеологического просвещения родителей – задача данных технологий-обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников.

В дошкольном учреждении в образовательном процессе применяются следующие **современные здоровьєсберегающие технологии:**

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья: Стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая.

2. Технологии обучения здоровому образу жизни: Физкультурное занятие, проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия), коммуникативные игры, занятия из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж, биологическая обратная связь (БОС).

3. Коррекционные технологии: Арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика

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

Результатом применения в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий станет сформированный у педагогов и родителей ценностный ориентир на сохранение и укрепление здоровья человека, что в конечном счете, повысит уровень качества предоставляемых образовательных услуг.

Литература :

1. Грядкина, Т. Образовательная область Физическое развитие / Т. Грядкина. - СПб.: Детство-Пресс, 2016.
2. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: методическое пособие. М., сфера, 2012