Зачем нужны здоровьесберегающие технологии в ДОУ

## Здоровьесберегающие технологии в дошкольных образовательных учреждениях (ДОУ) нужны для обеспечения комфортных и безопасных условий пребывания детей. Применение здоровьесберегающих технологий в ДОУ способствует, во-первых, поддержке и укреплению здоровья детей, а, во-вторых, помогает повысить эффективность обучения у детей, ведь здоровые и активные дети лучше усваивают информацию и обладают большим количеством энергии, чтобы заниматься учебой. Кроме того, здоровьесберегающие технологии способствуют формированию у детей правильных привычек, которые в будущем помогут им сохранить здоровье и предотвратить развитие различных заболеваний Виды здоровьесберегающих технологий в ДОУ

1. **Медико-профилактические технологии**
2. Направлены на поддержание и укрепление здоровья детей, а также на профилактику и лечение заболеваний. К этому виду технологий относят, например, регулярные медицинские осмотры, проведение вакцинаций и обучение детей гигиеническим привычкам. Цель применения медицинских здоровьесберегающих технологий в ДОУ – создание безопасной и здоровой среды для развития детей в детском учреждении.
3. Физкультурно-оздоровительные технологии
4. Направлены на стимулирование физической активности у детей и укрепление их здоровья. К таким технологиям относят, например, проведение уроков по физической культуре, организацию спортивных соревнований и игр. Цель применения здоровьесберегающих технологий в ДОУ по физической культуре— формирование у детей привычки вести здоровый образ жизни и поддержание физической формы.
5. Социально-психологические технологии
6. Направлены на поддержание психологического здоровья детей и создание благоприятной социальной среды для развития детей. К таким технологиям относят, например, проведение психологических тренингов, организацию социальных мероприятий и праздников, формирование у детей навыков общения. Цель социально-психологических технологий — развитие у детей эмоционального интеллекта, а также умения работать в коллективе и адаптироваться.
7. Образовательные технологии
8. Направлены на формирование у детей навыков ведения здорового образа жизни, а также развития у детей интеллектуального потенциала. К таким технологиям относят, например, проведение образовательных лекций и тренингов, организацию учебных занятий на темы здорового образа жизни и правил гигиены, а также использование современных образовательных технологий, например, интерактивных игр и приложений. Цель образовательных здоровьесберегающих технологий в ДОУ — формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью и развития у них познавательной активности.

**Здоровьесберегающие технологии в дошкольном возрасте**

В дошкольном образовательном учреждении следует уделить особое внимание здоровьесберегающим технологиям, ведь именно в раннем возрасте у детей формируются привычки, которые могут оказать большое влияние на их здоровье в будущем.

В ДОУ уделяют внимание следующим аспектам:

* **Физическая активность**

Регулярная физическая активность — весомая часть здорового образа жизни, поэтому важно, чтобы дети много двигались. В дошкольных образовательных организациях используют различные методы для стимулирования детей к активности: например, уличные игры, спортивные мероприятия, зарядку и другие физические упражнения.

* **Питание**

Детям важно предоставлять полноценное и сбалансированное питание, содержащее все необходимые питательные вещества и микроэлементы. Для того, чтобы научить детей навыкам правильного питания, в детских учреждениях проводят лекции о питании и мастер-классы по приготовлению блюд.

* **Соблюдение гигиены**

Соблюдение гигиены помогает предотвратить развитие болезней и защитить детей от вирусов и инфекций. В ДОУ используют различные методы обучения детей гигиеническим привычкам, например, проводят регулярное мытье рук, прививают от вирусов и рассказывают, как правильно использовать предметы личной гигиены.

* **Обучение**

Детям дошкольного возраста необходимо объяснять важность ведения здорового образа жизни и способствовать формированию у них правильных привычек и навыков, которые будут полезны им в будущем. Для этого в ДОУ проводят лекции, практические занятия и игры.

* **Организация пространства**

Здоровьесберегающие технологии в дошкольной образовательной организации могут включать в себя различные методы организации пространства, которые помогают обеспечить детям комфортные условия пребывания, например: установка систем вентиляции и кондиционировании, обеспечение правильного освещения и температуры в помещениях, осуществление санитарные меры по очистке помещений, использование безопасной и удобной мебели.

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, если будут созданы условия для возможности корректировки технологий, в зависимости от конкретных условий и специализации ДОУ; если, опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, будут внесены необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку; будут сформированы положительные мотивации у педагогов ДОУ и родителей детей.