«**Формирование здоровьесберегающего пространства** **современной образовательной среды»**

**Дошкольный** возраст характеризуется интенсивным **формированием** всех жизненно важных функций организма, является начальным этапом становления личности. Исходя из этого, в нашем детском саду работа направлена на создание единого **здоровьесберегающего пространства**, условий, способствующих сохранению, укреплению физического **здоровья детей**, а также обеспечивающего психологическое благополучие. Широко используем **социально-оздоровительную технологию**, включающую в себя комплекс мероприятий, проходящих через режимные моменты и различные виды детской деятельности, организацию предметно-социальной среды, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

Следует подчеркнуть,что для создания в **дошкольной** организации единого **здоровьесберегающего пространства** особенно важны условия,обеспечивающие физическое,психическое и социальное благополучие ребенка,организация двигательной развивающей среды. Ведь от степени развития естественной потребности ребенка в движении во многом зависит развитие двигательных навыков,мыслительной деятельности,памяти,внимания,восприятия,эмоциональной сферы.

В процессе деятельности решаются следующие задачи:

- обеспечить условия для физического и психологического благополучия всех участников воспитательно-образовательного процесса; - создать условия для накопления необходимого опыта и знаний для успешного выполнения главных задач **воспитательно-оздоровительной** работы по укреплению его физического и психического **здоровья**; - создать условия для **формирования** доступных представлений и знаний о пользе физических упражнений, об основных гигиенических требованиях и правилах, основах безопасности жизнедеятельности;

- создать условия для стимулирования воспитанников включаться в процесс физического развития и двигательной активности, побуждать к самопознанию и одновременно создавать условия для внутренней активности личности;

- создать условия для **формирования** навыков саморегуляции поведения **дошкольников**, направленные на осознанное сохранение и укрепление своего **здоровья**.

- создать условия для совместной работы с родителями, которая направлена на обеспечение **здоровья** детей и приобщению их к **здоровому образу жизни**;

Для создания **здоровьесберегающего пространства** следует подчеркнуть важность условий, особенно в условиях реализации ФГОС ДО, обеспечивающих физическое, психическое и социальное благополучие ребенка, организации двигательной развивающей среды. Созданы необходимые условия для повышения двигательной активности детей, а также для расслабления и отдыха воспитанников. **Оздоровительная** среда является естественной комфортной обстановкой, рационально организованной и насыщенной разнообразным оборудованием и материалами: имеется физкультурный зал, на участке **дошкольного** учреждения — спортивная площадка. Спортивная площадка используется для проведения утренней гимнастики, спортивных развлечений, праздников, эстафет, подвижных игр. Укреплению **здоровья** детей способствует закаливание воздухом и водой. Положительное воздействие воздушных ванн повышается, если сочетается с физическими упражнениями. Световоздушные ванны во время прогулок в теплое время года, начиная со световоздушных ванн в тени деревьев, постепенно переходя к ваннам под прямыми лучами солнца.

В группе есть пособия для профилактики плоскостопия, систематизированы подвижные игры и упражнения общеразвивающего воздействия. Основные компоненты **здорового** начала — покой и движение — должны правильно сочетаться в режиме **дошкольного учреждения**. Поэтому важным было создание *«уголков уединения»*, где ребенок может побыть один, снять напряжение. Ежедневно в работе с детьми используем такую **форму**, как пальчиковые игры, которые являются эффективным средством повышения мыслительной деятельности, развития познавательных психических процессов. Зрительные паузы, способствующие укреплению зрения, являются необходимой составляющей **оздоровительного процесса**, во всех видах деятельности. Зрительная гимнастика помогает детям снять усталость, напряжение глаз. Также эффективно использование *«минуток покоя»* в течение дня.

Все эти средства способствуют развитию психологической комфортности детей, снимают напряжение во время, организованной деятельности. В режимные моменты включаем: потянуться как кошка, поваляться как неваляшка, позевать, открывая рот до ушей, поползать как змея без помощи рук. Это очень важно для развития и укрепления опорно-мышечной системы ребёнка, снятия мышечных зажимов. Используем этот метод во время организованной и самостоятельной деятельности детей.

Так же работа направлена на обеспечение тесного взаимодействия с семьей. Разработан план совместной деятельности с родителями воспитанников. Целью взаимодействия с родителями является повышение психологической, валеологической компетентности родителей в **вопросах формирования** практических навыков, в непринужденной обстановке. Поэтому, были выбраны индивидуальные и досуговые **формы** организации взаимодействия: родительские клубы, консультации, беседы, анкетирование. - участие родителей в совместных праздниках. Такие мероприятия оказывают конкретную практическую помощь семье в сохранении и укреплении физического и психического **здоровья ребенка**, устанавливают теплые **неформальные** доверительные отношения между педагогами и родителями и воспитанниками.

Созданное в **дошкольной** образовательной организации **здоровьесберегающее пространство** позволяет качественно решать задачи по **формированию физически развитой**,социально-активной,творческой личности,с ранних лет заложить в сознании воспитанников любовь и уважение к занятиям физкультурой. Играя и налаждаясь движениями **дошкольники** овладевают основными когнетивными умениями,разнообразными действиями по управлению волевыми усилиями,направленным на изучение и решение проблем.

Мы стремимся к полной реализациив жизни каждого ребенка трех важных на наш взгляд моментов:

- достаточной индивидуальной интеллектуальной нагрузки

- обеспечения условий для преобладания положительных эмоциональных впечатлений

- полного удовлетворения потребности в движении.

Таким образом, созданное **здоровьесберегающее пространство** направлено на сохранение и укрепление **здоровья** каждого воспитанника, способствует снижению заболеваемости и облегчает адаптацию ребенка к школьным нагрузкам. И является важнейшим условием по **формированию физически развитой**, социально-активной, творческой личности.