

Сивкова Елена Юрьевна

инструктор по физической культуре

Губанова Марина Владимировна

воспитатель

Туголукова Анастасия Сергеевна

воспитатель

МБДОУ «Д/С №67 «Аистенок»

г. Старый Оскол, Белгородская область

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДОУ

Аннотация: в статье речь идёт о применении и пользе здоровьесберегающих технологий в ДОУ. Авторами также отмечается важность взаимодействия детского сада с семьями.

Ключевые слова: дошкольный возраст, здоровый образ жизни, здоровьесберегающие технологии.

Дошкольный возраст – это период, связанный с повышением интереса к укреплению, сохранению здоровья детей. В связи с этим, перед педагогом стоит цель – создать условия для воспитания здорового ребенка с учетом его психофизиологических принципов, а также формирование у дошкольников потребности в здоровом образе жизни. К семи годам у детей проходит совершенно уникальный цикл развития: работа всех систем организма налаживается и идёт процесс упорядочения, закладываются личностные качества и характер. Поэтому необходимо в данный период способствовать формированию навыков здорового образа жизни и в том числе занятий физкультурой и спортом. Для этого в дошкольных учреждениях применяют здоровьесберегающие технологии, которые направлены на сохранение и укрепление здоровья детей.

Здоровьесберегающие технологии можно разделить на 4 группы.

К первой группе относятся технологии сохранения и стимулирования здоровья детей: динамические паузы и спортивные игры.

Ко второй группе относятся технологии обучения здоровому образу жизни: физкультурные занятия, гимнастика после сна, спортивные праздники, день здоровья.

Третья группа – технологии музыкального воздействия: музыкотерапия и сказкотерапия.

Четвертая группа – технология коррекции поведения.

Воспитатель, который чувствует себя хранителем здоровья детей, воспитывает культуру здоровья у воспитанников и их родителей, в первую очередь должен быть сам здоровым и владеть валеологическими знаниями. Педагогу необходимо составить план самокоррекции и начать его реализовывать. В дошкольном учреждении применяют нетрадиционные методы для сохранения, укрепления здоровья воспитанников.

Таким образом, забота о здоровье – является одной из важнейших задач каждого человека. Здоровье – это самый ценный дар, среди всех благ на Земле. Его нельзя ничем заменить, поэтому людям важно заботиться о нем настолько, насколько это необходимо. Нужно понять, что забота о здоровье детей – это полноценный трудовой потенциал всей нашей страны в ближайшем будущем.

Список литературы

1. Волошина Л. Организация здоровьесберегающего пространства / Л. Волошина // Дошкольное воспитание. – 2004. – №1. – С. 114–117.
2. Терновская С.А. Создание здоровьесберегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении / С.А. Терновская, Л.А. Теплякова // Методист. – 2005. – №4. – С. 61–65.
3. Чубарова С. Новые здоровьесберегающие технологии в образовании и воспитании детей / С. Чубарова, Г. Козловская, В. Еремеева // Развитие личности. – №2. – С. 171–187.