

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида № 88**

Консультация для педагогов: «Здоровьесберегающие технологии»



Воспитатель: Кузнецова Елена Викторовна

**Комсомольск-на-Амуре
2024 г**

Зачем нужны здоровьесберегающие технологии в ДОУ

Здоровьесберегающие технологии — это методы, приемы и техники, которые способствуют сохранению и укреплению здоровья детей.

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 учебной работой. 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

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.

2. Физкультурно-оздоровительные технологии

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.

3. Социально-психологические технологии

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.

4. Образовательные технологии

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 дошкольных образовательных учреждениях следует уделять особое внимание здоровьесберегающим технологиям, так как именно в раннем возрасте у детей формируются привычки, которые могут оказать 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 кондиционирования, обеспечение правильного освещения и температуры в помещениях, осуществление санитарных мер по очистке помещений, использование безопасной и удобной мебели.

Взаимодействие с родителями

- Анкетирование родителей
- Проведение семинаров-практикумов для родителей «Подражая, учимся»
- Проведение конкурса рисунков «Эмблема здоровья моей семьи» под девизом: «Здоровый образ жизни!»
- Конкурсные работы, в которых отражены спортивные увлечения детей и родителей
- Наглядная агитация: стенды, папки-передвижки, буклеты, рекомендации по оздоровительным, закаливающим мероприятиям, по вопросам формирования здорового образа жизни, профилактики заболеваний
- Совместные мероприятия, выставки, конкурсы
- Оказание консультативной помощи родителям по вопросу сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников