

Здоровье – состояние физического и социального благополучия человека. Здоровьесберегающий педагогический процесс - в широком смысле слова - процесс воспитания и развития детей в режиме здоровьесбережения и здоровьесобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка.

В более узком смысле слова - это специально организованное, развивающееся во времени и в рамках определенной образовательной системы взаимодействие детей и педагогов, направленное на достижение целей здоровьесбережения и здоровьесобогащения в ходе образования, развития и воспитания.

Актуальными проблемами детского здоровья сегодня являются:

- гиподинамия (нарушение функций опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения);
- детские стрессы (нервные расстройства вследствие отрицательной психологической обстановки в семье, излишнего шума и нервности в детском коллективе);
- тревожность (недостаток эмоциональной поддержки в детском саду и семье, недостаток информации).

Физическое и психологическое здоровье детей значительно ухудшилось в последнее время.

В связи с этим необходимо уделить особое внимание воспитанию физически здорового и социально адаптированного ребенка, обеспечению его психического благополучия, а также формированию у дошкольника ответственности за свое здоровье.

Цель здоровьесберегающих технологий – обеспечение высокого уровня реального здоровья ребёнка и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и охранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику

самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

Виды здоровьесберегающих технологий:

- медико-профилактические;
- физкультурно-оздоровительные;
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
- валеологического просвещения родителей.

Медицинские здоровьесберегающие технологии - обеспечивают сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медсестры в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.

Технологии профилактики заболеваний - углубленный медицинский осмотр с участием узких специалистов, приходящих из поликлиники, коррекция возникающих функциональных отклонений, отслеживание характера течения хронической патологии (для детей, имеющих III-У группу здоровья), реабилитация соматического состояния здоровья.

Физкультурно-оздоровительные технологии - направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребёнка, развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры ребёнка.

Валеологического просвещения родителей - это технологии, направленные на обеспечение валеологической образованности родителей детей, обретение ими валеологической компетентности. Валеологическое образование родителей надо рассматривать как непрерывный процесс валеологического просвещения всех членов семьи.

Взаимодействие с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей.

Информационные стенды для родителей, освещающие вопросы оздоровления без лекарств (комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, для развития общей и мелкой моторики, пальчиковые игры).

Информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми. Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.

Современные педагогические здоровьесберегающие технологии:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья.
2. Технологии обучения здоровому образу жизни.
3. Коррекционные технологии.