***Использование современных образовательных технологий в 107 детском саду.***

***Статья: Сомнина И.В.***

***МБДОУ №107 города Иркутска***

***Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании*** *технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.*

*Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику нашего детского сада 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 ребёнку самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. Применительно к взрослым – содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.*

***Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании –****классификация здоровьесберегающих технологий по доминированию целей и решаемых задач, а также ведущих средств здоровьесбережения и здоровьеобогащения субъектов педагогического процесса в детском саду. В связи с этим можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании: медико-профuлактические; физкультурно-оздоровительные; технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка; здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования; валеологического просвещения родителей, здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.*

***ЗАДАЧИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ:***

* *сохранить здоровье детей;*
* *создать условия для их своевременного и полноценного психического развития;*
* *обеспечить каждому ребенку возможность радостно и содержательно прожить период дошкольного детства*

***Система профилактической и коррекционной работы по оздоровлению дошкольников***

***Профилактика***

* *Комплексы упражнений по профилактике нарушений зрения во время занятий*
* *Гимнастика*
* *Комплексы по профилактике плоскостопия*
* *Комплексы по профилактике нарушений осанки + сон без маек и подушек*
* *Дыхательная гимнастика*
* *Снятие умственной усталости во время занятий (релаксационные паузы, физкультминутки, массаж ушных раковин)*
* *Прогулки + динамический час*
* *Закаливание:*
* *Сон без маек*
* *Ходьба босиком*
* *Чистка зубов и полоскание полости рта*
* *Обширное умывание*
* *Закаливание (топтание по коврику с шипами, по влажной салфетке, смоченной в солевом растворе + полоскание полости рта йодно-солевым раствором или травяными настоями)*

***Оптимальный двигательный режим***

***Коррекция***

*Упражнения на коррекцию плоскостопия*

***Мероприятия на период повышенной заболеваемости гриппа и ОРЗ***

1. *Луковый напиток*
2. *Лук, чеснок*
3. *Полоскание полости рта чесночным настоем перед прогулкой (с 1.10 по 1.05)*

*Особое внимание в режиме дня мы уделяем проведению закаливающих процедур, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости.*

*Закаливание будет эффективным только тогда, когда оно обеспечивается в течении всего времени пребывания ребёнка в детском саду. Поэтому мы соблюдаем:*

* *Чёткую организацию теплового и воздушного режима помещения*
* *Рациональную не перегревающую одежду детей*
* *Соблюдение режима прогулок во все времена года*
* *Занятия босиком утренней гимнастикой и физкультурой*

***Закаливание носоглотки чесночным раствором***

***Цель:****профилактика и санация полости рта при ангинах, воспалительных процессах полости рта*

***Приготовление:***

*1 зубчик чеснока на 1 стакан воды.*

*Чеснок размять, залить охлаждённой кипячёной водой и настоять 1 час. Раствор использовать в течении 2-х часов после приготовления*

***Методические рекомендации:***

*Применять как лекарственное средство, которое очищает кровь, убивает болезнетворные микробы, как средство против ОРЗ, ОРВИ.*

*Полоскать горло, кому необходимо можно капать в нос.*

*Применять с 1 октября по 30 апреля ежедневно после занятий, перед выходом на прогулку.*

*Литература*

*1.Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход,2000.*

*2.Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М.: ВАКО, 2007.*

*3.Сухарев А.Г. “Концепция укрепления здоровья детского и подросткового населения России”*

*4.Сивцова А.М.“Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях” Методист. – 2007.*

*5.Смирнов Н.К. “Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе педагога”*