**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ.**

В настоящее время здорвьесберегающая деятельность стала одним из ведущих видов деятельности наряду с образовательной. Создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих людей включает в себя 3 основных направления:

• физическое здоровье (повышение уровня физического здоровья детей дошкольного возраста в ДОУ и семье);

• социально-нравственное здоровье (формирование духовных общечеловеческих ценностей);

• психологическое здоровье (создание комплекса психогигиенических и психопрофилактических средств и методов).

С целью сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей, обеспечения безопасности жизнедеятельности, в ДОУ применяются под руководством врача-педиатра и старшей медсестры здоровьесберегающие технологии:

1. Медико-профилактические (организацию санитарно-эпидемиологического режима и создание гигиенических условий жизнедеятельности детей): закаливающие процедуры, босохождение, воздушные ванны, витаминизация, фитотерапия, хождение по массажным коврикам, полоскание травами, режим проветривания и кварцевания группы, организация здорового сбалансированного питания.

2. Физкультурно-оздоровительные (физическое воспитание детей): точечный массаж, дыхательная гимнастика, зрительной гимнастикой утренняя гимнастика, гимнастика пробуждения, физкультурные занятия, физкультминутки, совместные мероприятия с родителями и детьми, направленные на оздоровление и повышение двигательной активности;

3. Социально-психологические: (обеспечение психологической безопасности детей во время пребывания их в детском саду) подвижные игры, прогулки-путешествия, релаксация, сказкотерапия, арт терапия, индивидуальная работа с психологом, создание соответствующей безопасной развивающейи предметно-пространственной среды, организация тематических сюжетно-ролевых игр т.д., что способствует созданию доброжелательной атмосферы в группе.

Здоровьесберегающие технологии в ДОУ применяются и в логопедической работе для оптимизации процесса коррекции речи и обеспечения оздоровления, поддержания и обогащения здоровья детей (артикуляционная гимнастика, логопедический самомассаж, развитие общей моторики).

Благодаря мерам, направленным на сохранение здоровья воспитанников, уровень заболеваемости значительно снижается. Дошкольники отличаются хорошей физической подготовленностью и крепким здоровьем, психологическим благополучием, у ребенка сформированы ценностные основы отношения к действительности. Повышена физиологическая адаптация, психологическая готовность к обучению в школе.

Здоровьесберегающий педагогический процесс в нашем детском саду - это процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьеобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия детей. Здоровьесбережение и здоровьеобогащение - важнейшие условия организации педагогического процесса