Понятие ***«здоровьесберегающие технологии»*** прочно вошло в систему образования. Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании направлены на решение приоритетной задачи – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

 «Здоровьесберегающие технологии»  интегрирует все направления работы дошкольного учреждения по сохранению, формированию и укреплению здоровья детей дошкольного возраста.

***Цель*** здоровьесберегающих технологий – обеспечение высокого уровня здоровья воспитанников детского сада и воспитание культуры, как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровому образу жизни человека, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, оказание элементарной медицинской и психологической самопомощи.

Среди здоровьесберегающих технологий, применяемых в системе образования, в том числе дошкольного, Н. К. Смирнов (2005) выделяет несколько групп, отличающихся разными подходами к охране здоровья, методами и формами работы.

 ***Медико-профилактические и медико-гигиенические технологии (МГТ)*** обеспечивают сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с медицинским требованиями и нормами, с использованием медицинских средств. К ним относятся следующие: организация мониторинга здоровья; организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, закаливание; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПиН.

Создание в ДОУ стоматологического, физиотерапевтического кабинетов, фито-баров, кабинетов горного воздуха для оказания каждодневной помощи детям и педагогам, проведение занятий лечебной физкультурой – тоже элементы этой технологии.

***Физкультурно-оздоровительные технологи (ФОТ)*** направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: совершенствование физических качеств, становление физической культуры дошкольников, формирование привычки к ежедневным занятием спортом. Реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДОУ в условиях специально организованных  форм оздоровительной работы. Отдельные приёмы в рамках данных технологий, такие как закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирования правильной осанки, оздоровительные процедуры в водной среде (бассейне) и на тренажерах, широко используется педагогами ДОУ в педагогическом процессе: на занятиях и во время прогулок, в режимных моментах и в свободной деятельности детей, в ходе педагогического взаимодействия взрослого с ребенком и др.

***Лечебно-оздоровительные технологии (ЛОТ)*** включает самостоятельные медико-педагогические методы: лечебную педагогику и лечебную физкультуру, воздействие которых обеспечивает восстановление физического здоровья дошкольников.

 ***Ресурсы экологических здоровьесберегающих технологий (ЭЗТ)*** пока  недооценены и слабо задействованы. Воспитание у детей любви к природе, потребности заботиться о ней, приобщение их к познавательной деятельности в сфере экологии обладают мощным воспитательным воздействием, формирующим личность, укрепляющим духовно-нравственное здоровье дошкольника. Направленность этих технологий – создание  экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой.  Это и посильная помощь в обустройстве территории, и зеленые растения в рекреациях, и живой уголок, и участие в природоохранных мероприятиях.

Самостоятельным направлением в ряду данных технологий является ***видеоэкология***, занимающаяся вопросами психологического влияния на человека окружающей среды – как природной (чаще благоприятной), так и антропогенной (чаще неблагоприятной). К примеру, доказано, что постоянно проживание в крупном городе с его каменными монолитами, геометрией прямых линий и углов, однотипность фигур, на которые наталкивается взгляд, порождает повышенную утомляемость и депрессию.

 ***Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности (ТОБЖ)***. Вне образования их реализуют специалисты по охране труда, строители, представители коммунальной, инженерно-технической служб, гражданской обороны, пожарной инспекции. Поскольку сохранение здоровья рассматривается при этом как частная задача сохранения жизни, требования и рекомендации этих специалистов подлежат обязательному учету и интеграции в общую систему здоровьесберегающих технологий. Грамотность педагогов в этих вопросах обеспечивается изучением курса основ безопасности жизнедеятельности.

***Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ)*** в детском саду – это, прежде всего, технологии формирования культуры здоровья дошкольников. ЗОТ – наиболее значимые из всех перечисленных по степени их влияния на здоровье и развитие детей. Их главный отличительный признак – использование психолого-педагогических приемов, методов, подходов для решения задач сохранения и укрепления здоровья детей при реализации воспитательно-образовательного процесса. Реализация ЗОТ достигает цели лишь при осознании всеми педагогами ДОУ своей солидарной ответственности за сохранение здоровья ребенка и наличии необходимой профессиональной подготовки для работы в этом направлении.

 Основной задачей ЗОТ является обеспечение социально-психологического благополучия ребенка, создание эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия воспитанников в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду, в семье. Реализацией данных технологий занимается психолог посредством специально организованных встреч с детьми, а также воспитатель и специалисты ДОУ. Данные технологии могут реализоваться и через работу с родителями (социально-психологические тренинги, программы социальной и семейной педагогики, к участию в которых так же целесообразно привлекать педагогов.)

 К этому виду технологий можно  отнести и технологии психолого-педагогического сопровождения развития дошкольников в воспитательно-образовательном процессе ДОУ, которые обеспечивают создание социально-психолого-педагогических условий, способствующих успешному развитию и социализации ребенка. Психолого-педагогического сопровождения подразумевает объединение усилий всех взрослых участников образовательного процесса – администрации, воспитателей, педагогов и специалистов ДОУ, ППМС-центра, родителей.

  ***Технологии здоровьесбережения педагогов дошкольного образования (ТЗП)***направлены на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе профессионального, формирование мотивации к ведению здорового образа жизни.

Практическая реализация здоровьесберегающей деятельности в условиях современного ДОУ связана  с более высокими требованиями к профессиональной компетентности специалистов.  Речь идет не только об овладении здоровьесберегающими технологиями и оздоровительными методиками, но и об изменении общей направленности личностно- ориентированного педагогического процесса, основанного на понимании самоценности периода детства, его роли в становлении человека как личности.

 Классификация здоровьесберегающих технологий может строиться и на других основаниях. По характеру действий они разделяются на 4 группы.

***Защитно-профилактические технологии*** направлены на защиту человека от неблагоприятных для здоровья воздействий. К ним относятся: выполнение санитарно-гигиенических требований, регламентированных СанПиН; поддержание чистоты и проведение прививок с целью предупреждения инфекций; ограничение предельного уровня образовательной нагрузки, исключающего наступление состояния переутомления детей; использование страховочных средств и защитных приспособлений в спортзалах с целью профилактики травматизма и т. п. Большая часть того, что в образовании традиционно понимается под здоровьесберегающими технологиями, как раз и относится к этой группе.

  ***Компенсаторно-нейтрализующие технологии*** направлены на восполнение того, что требуется организму для полноценной жизнедеятельности, или хотя бы частичную нейтрализацию негативных воздействий в случаях, когда полностью защитить человека от них не представляет возможным. Это, например, физкультминутки и физкультпаузы, в какой-то мере нейтрализующие неблагоприятное воздействие статичности занятий и недостаточность физической нагрузки, эмоциональные разрядки, или «минутки покоя», снижающие стрессогенные воздействия и психоэмоциональное напряжение.

Йодирование питьевой воды и соли позволяет компенсировать недостаток йода в организме, характерный для населения многих регионов страны. Витаминизация пищевого рациона способствует устранению дефицита необходимых организму витаминов; использование аминокислоты глицина (дважды в год - в декабре и  весной) позволяет укрепить память детей и т. д.

***Стимулирующие технологии*** активизирует собственные силы организма, помогают использовать его ресурсы для выхода из нежелательного состояния. Типичные примеры – температурное закаливание, физические нагрузки.

***Информационно-обучающие технологии*** обеспечивают всем участникам воспитательно-образовательного процесса уровень грамотности, необходимый для эффективной заботы о здоровье – своем и близких, способствуют формированию культуры здоровья. К ним относятся образовательные, просветительные и воспитательные программы, адресованные детям, их родителям и педагогам.

  В соответствии с организационными особенностями здоровесберегающие ***приемы и методы***, используемые в образовательных учреждениях, подразделяются на обеспечивающие и реконструирующие. Первые создают необходимые условия для проведения образовательного процесса и по большей части регламентированы в СанПин; вторые нацелены на привнесение новых элементов, условий, не предусмотренных нормативными документами (например, организация фитобара, кабинета физиотерапии, проведения оздоровительно-психологических тренингов и т. д.).

Результат совокупного воздействия здоровьесберегающих технологий должен оцениваться посредством***мониторинга***, а также медико-психолого-педагогической диагностики. Постоянное получение обратной связи позволяет своевременно вносить в работу необходимые коррективы.