

# **Здоровье сберегающие технологии в работе с детьми дошкольного возраста.**

ГБОУ Школа 572 «Возможности»  
Структурное подразделение (8)  
Ермакова А. И.

*Давайте растить*



*детей здоровыми!*

- «Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»
- В.А. Сухомлинский

- Что главное в воспитании детей? Ребенок должен расти здоровым. Здорового ребенка легче воспитывать, у него быстрее формируются все необходимые знания и навыки. Здоровье - важнейшая предпосылка правильного формирования характера, развития инициативы, сильной воли, дарований, природных способностей.
- В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения.

- **Проблема раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.**

Под здоровым образом жизни мы понимаем активную деятельность людей, направленную на сохранение и улучшение здоровья. Формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду. Вся жизнедеятельность ребенка в дошкольном учреждении должна быть направлена на сохранение и укрепление здоровья.



# Валеологическое воспитание

- **Одно из направлений работы в детском саду- это воспитание валеологической культуры..**
- **Термин «валеология» означает «наука о здоровье». Это собирательный термин, объединяющий такие традиционные науки , как анатомия, физиология, медицина, гигиена, профилактика болезней и др. Он отражает все стороны единого направления работы с дошкольниками по формированию взглядов на здоровый образ жизни.**

# Цель и задачи

- **Цель:** Формировать представление ребенка о самом себе, здоровом образе жизни через применение здоровьесберегающих технологий.

## **Задачи:**

- 1. Формирование здоровьесберегающей среды.
- 2. Воспитание у детей привычки здорового образа жизни для повышения защитных свойств организма, в соответствии с возрастными и индивидуальными возможностями детей.
- 3. Развитие потребности в двигательной активности.
- 4. Просвещение родителей в вопросах воспитания здорового ребенка.