**Здоровьесберегающие технологии в ДО.**

**Значимость применения.**

«Я не боюсь еще и еще раз повторять:

забота о здоровье – это самый важный труд воспитателя.

От жизнерадостности, бодрости детей

зависит их духовное здоровье,

мировоззрение, умственное развитие,

крепость знаний, вера в свои силы».

В.Сухомлинский

Сегодня в эпоху стремительных скоростей и нано **технологий к человеку и его здоровью** предъявляются все более повышенные требования. Конечно, для всех времен и народов была актуальна забота о **здоровье**, но именно в нашем, XXI веке она становится приоритетной. При этом, разумеется, еще более актуальным становится вопрос о состоянии **здоровья детей**, ведь сегодняшние дошкольники - это будущее нашей страны.

К сожалению, экологическая ситуация, неблагоприятные наследственные факторы способствуют увеличению числа дошкольников с различными отклонениями в состоянии **здоровья**. В **детские** сады приходит все большее количество детей с ярко выраженной гиперактивностью, психосоматическими заболеваниями. Кроме того, медицинская статистика свидетельствует о ежегодном увеличении количества дошкольников с хроническими заболеваниями. Одной из самых негативных тенденций, является увеличение количества детей, имеющих нарушение речи. В век развития телевидения и компьютеризации дети всё меньше общаются со сверстниками и взрослыми.

Более того, многие родители также предпочитают, чтобы их дети проводили время за компьютерными играми, просмотром телевизионных программ, лишь бы не отвлекали от личных дел. Как результат – низкий уровень двигательной активности, слабое развитие речи и чувственной сфер. Педагоги обращают внимание на повышенную **детскую утомляемость**, и раздражительность; дети быстро становятся вялыми и пассивными, с трудом сосредотачиваются; имеют нарушения осанки; часто болеют простудными заболеваниями.

Всё это доказывает необходимость изменения системы обучения, воспитания и развития в **детском саду**, введение инноваций. Таким образом, для повышения эффективности **оздоровительной работы в ДО**, особую важность приобретает поиск новых форм, методов, приемов, создание условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка.

На сегодняшний момент в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом в дошкольных учреждениях большое внимание уделяется **здоровьесберегающим технологиям**, а именно: рациональной организации образовательного процесса, соответствие **технологий и методик обучения**, наличию предметно-развивающей среды, способствующей развитию индивидуальных возможностей каждого ребенка. Таким образом, охрана **здоровья** становится ключевым элементом нового мышления, который требует переоценки компонентов образовательного процесса. Становится, очевидно, что без учёта состояния **здоровья**, современное образование не может готовить человека к выполнению каких-либо профессиональных или социальных функций. Воспитание уважительного отношения к себе и своему **здоровью** необходимо начинать с раннего **детства**. **Детский** сад очень подходит для этой цели, так как дети проводят там большую часть времени. А грамотный педагог может сделать для **здоровья** воспитанника не меньше, чем врач.

Актуальность опыта состоит в решении проблемы сохранения и укрепления **здоровья дошкольников**. Одним из путей решения является комплексный подход к **оздоровлению** детей через использование **здоровьесберегающих технологий**, без которых немыслим педагогический процесс современного **детского сада**. Их внедрение строится на формировании осознанного отношения ребёнка к своему **здоровью**, которое, в свою очередь, должно стать системообразующим фактором модернизации **физкультурно-оздоровительной** деятельности современного **детского сада**.