**Организация образовательного процесса по здоровьесбережению в ДОУ**

На сегодняшний день тема здоровьесбережения дошкольников в образовательном процессе является особенно актуальной.

Здоровьесбережение - это система мер, применяемая в воспитательно-образовательном процессе, обеспечивающая сохранение и укрепление здоровья детей.

* Создание для ребенка специально организованных условий, направленных на увеличение двигательной активности и повышение эмоционального тонуса, которая способствовала бы не только снятию психоэмоционального напряжения, накопленного в течение дня, но и формированию здоровья в целом и его структурных компонентов – физического, психического и социального благополучия.
* Создание педагогических условий – формирование предметной, коммуникативной, учебно-развивающей среды, а также включение в образовательную сферу ДОУ форм работы здоровьесберегающей направленности позволяет формировать не только ценностные ориентации и потребностно-мотивационную сферу ребенка, но и воспитывать у него культуру здоровья.

Система работы по здоровьесбережению базируется на определенных принципах:  
1. *принцип системности* – выработка определенной системы работы в подаче знаний о здоровье и здоровом образе жизни с учетом использования их в практической деятельности детей;  
2. *принцип индивидуализации* – учет индивидуально-типологических, психо-эмоциональных и возрастных особенностей старших дошкольников;  
3. *принцип деятельностного подхода* – организация активной деятельности дошкольника, направленной на постепенное осознание необходимости быть здоровым человеком, для того чтобы быть успешным в обучении и общении со сверстниками;  
4. *принцип гуманистической направленности* – чуткое и внимательное отношение к личным чувствам и эмоциям каждого ребенка. Педагогическое общение должно быть направлено на эффективность обучения, на установление гуманных отношений между детьми, на создание здорового психологического микроклимата в группе;  
5. *принцип бинарного взаимодействия* – активное взаимодействие педагога с детьми в познании сил, возможностей, желаний, определения потенциала, направленного на осознанное сохранение и укрепление здоровья.   
 В исследованиях последних лет выделены причинно-следственные факторы, негативно влияющие на здоровье детей при обучении. Среди них выделяют:

— интенсификацию учебного процесса;

— стрессовую ситуацию в семье и дошкольном учреждении;

— несоответствие программ и технологий обучения функциональным и возрастным особенностям детей;

— несоблюдение элементарных гигиенических требований к организации учебного процесса.

К сожалению, многие авторы отмечают, что характерные для школьников учебные перегрузки имеют тенденцию к распространению в дошкольном возрасте. В последние годы почти повсеместно по инициативе дошкольных учреждений и по желанию родителей вводится дополнительное образование: обучение иностранным языкам, математической логике, занятия по изобразительной деятельности, основам компьютерной грамотности и т.п. Помимо определенного положительного значения дополнительных занятий для разностороннего развитие ребенка, существует и противоположная отрицательная сторона. Реализуя социальный заказ родителей, дошкольные учреждения увеличивают количество занятий, зачастую перегружая ими образовательный процесс. Происходит ориентация образования преимущественно на интеллектуальное развитие. В старших группах детского сада прослеживается скрытая интенсификация учебно-воспитательного процесса. Увеличение количества занятий нередко приводит к нарушениям распорядка дня. Сокращается время прогулки, дневного сна, на основной вид деятельности дошкольника – игру почти не остается времени. Даже такие позитивные для здоровья моменты как плавание, массаж, посещение сауны, зачастую осуществляются за счет сокращения или отмены прогулки. В совокупности это может способствовать появлению психоэмоциональных срывов, потери мотивации к обучению, а также ранним расстройствам здоровья у детей. Взрослые, организуя жизнь дошкольника, должны учитывать, что дополнительное образование увеличивает общую нагрузку на организм ребенка, что может отрицательно сказаться на состоянии здоровья и психофизическом развитии дошкольника (Т.Л. Богина, Е.А. Сагайдачная и др.).

*Таким образом, для сохранения и укрепления здоровья дошкольников в процессе обучения необходимо создание здоровьесберегающих условий. А именно:*

*— соблюдение максимально допустимого объема учебной нагрузки;*

*— использование эффективных методов обучения;*

*— доверительное и внимательное отношение к каждому ребенку;*

*— соблюдение санитарно-гигиенических требований к организации учебного процесса.*

Здоровьесбережение является составной частью и отличительной особенностью всей образовательной системы, поэтому все, что относится к дошкольному образовательному учреждению – характер обучения и воспитания, уровень педагогической культуры педагогов, содержание образовательных программ, условия проведения учебного процесса, все имеет отношение к проблеме здоровья детей. При организации учебно-воспитательного процесса большое значение имеет педагогическая технология, которую использует воспитатель. Соответствующее возрасту и возможностям детей содержание обучения, методы и приемы, повышающие познавательную активность дошкольника, обеспечат более легкое усвоение материала и не нанесут вреда здоровью ребенка.   
  
  
 ЛитературА  
1. Безруких М.М. Здоровьесберегающая школа. - М.: МПСИ, 2004. – 240 с.  
2. Деркунская В.А. Диагностика культуры здоровья дошкольников. Учебное пособие. – М.: Педагогическое общество России, 2005 – 96 с.  
3. Доронова Т.Н. Из ДОУ в школу: пособие для дошкольных образовательных учреждений. - М.: Линка-Пресс, 2007. – 227 с.  
4. Модели здоровьесберегающих технологий, используемых в работе с детьми дошкольного возраста // Серия: «Инструктивно-методическое обеспечение содержания образования в Москве» / Отв. редактор Л.Е. Курнешова – М.: Центр «Школьная книга», 2007. – 240 с.