**«Нетрадиционные методы оздоровления детей и здоровьесберегающие технологии в ДОУ».**

Детство – уникальный период в жизни человека, в процессе которого формируется здоровье, осуществляется развитие личности. Всё, что приобретено ребёнком в детстве, сохраняется потом на всю жизнь. Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии».

Главная особенность здоровьесберегающего воспитания – это формирование соответствующей мотивационной сферы детей, т.е. поведенческих реакций, направленных на сохранение и укрепление собственного здоровья. Эта мотивационная направленность в дальнейшем должна стать доминирующей в поведении детей, их стремление вести здоровый образ жизни. Прежде всего, педагогам и родителям необходимо иметь чёткое представление о здоровом образе жизни и научить этому ребёнка.

Виды современных здоровьесберегающих технологий:

* **медико-профилактические** (проведение медосмотров, контроль состояния здоровья детей, противоэпидемиологическая работа, организация специализированных коррекционных групп, профилактика многих заболеваний, санитарно-гигиеническая работа, контроль качества организации питания и т.д.);
* **физкультурно-оздоровительные** ([проведение подвижных игр](https://pedsovet.su/dosug/podvizhnye_igry_dlya_detey), спортивные мероприятия, валеологические занятия, процедуры закаливания, [организация прогулок](https://pedsovet.su/dou/progulki_v_detskom_sadu) и т.д.)
* **валеологическое образование родителей** (мотивация родителей к ведению здорового образа жизни, обучение родителей способам взаимодействия с детьми по формированию у них валеологической культуры);
* **валеологическое просвещение педагогов** (ознакомление воспитателей с инновационными здоровьесберегающими технологиями и способами их внедрения, мотивация к здоровому образу жизни, расширение знаний о возрастных и психологических особенностях дошкольников);
* **здоровьесберегающее образование детей** (формирование валеологических знаний и навыков).

Нетрадиционные методы здоровьесберегающих технологий:

это система мер, направленных на улучшение здоровья участников образовательного процесса. ЭТО:

* Коммуникативные игры и танцы
* Биоэнергопластика
* Ритмопластика
* Креативная гимнастика
* Минуты тишины
* Минуты шалости

Биоэнергопластика развиваетвнимание, воображениеразвивает пространст-венное мышление, стимулирует развитие речи, быстроту реакции и воспитывает эмоциональную выразительность

Биоэнергопластика - это содружественные движения руки и языка. Они выполняются одновременно, ритмично с целью активизации органов артикуляции, для достижения лучших результатов по постановке звуков, оказывают благотворное влияние на активизацию интеллектуальной деятельности детей, улучшают внимание, память, мышление, оптимизируют психологическую базу речи, улучшает моторные возможности ребенка по всем параметрам, способствуют коррекции звукопроизношения, фонематических процессов.

**Креативная гимнастика**

Развивает способности детей, мышление, самовыражение.

Креативная гимнастика это:

-Музыкально-творческие игры.

-Образно-игровые движения (упражнения с превращениями)

Минуты тишины направлены на снятие эмоционального напряжения

Минуты тишины - это специфическая форма работы, способствующая развитию волевых качеств детей. Дети познают мир через услышанные звуки.

**Минуты шалости**

минуты шалости - игры для поднятия настроения, психологическая разгрузка. Очень полезно использовать в минутах шалости коммуникативные танцы и игры

Ведущий по сигналу (удар в бубен) предлагает детям шалить: каждый делает то, что ему хочется: прыгает, бегает, кувыркается…. Повторный сигнал ведущего через 1-2 минуты объявляется конец шалостям.

Улыбкотерапия

Здоровье детей станет крепче и от улыбки взрослого, потому что в улыбающемся человеке дети видят друга, а процесс обучения проходит плодотворней. А ещё у детей появляется ответная улыбка, которая поднимает настроение.

От улыбки станет всем светлей…

Суть таких технологий понятна исходя из их названий. Конечная цель использования здоровьесберегающих технологий в детском саду по ФГОС — сохранение и укрепление здоровья детей, что служит обязательным условием повышения результативности учебно-воспитательного процесса. Только здоровый ребенок может стать хорошим учеником и успешной личностью.