ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК УСЛОВИЕ УСПЕШНОЙ СОЦИАЛИЗАЦИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Социализация, как по содержанию, так и по средствам реализации является сложным процессом взаимодействия человека с окружающим его миром.

Процесс социализации ребенка является сложным и занимает длительное время. С одной стороны, ребенку нужно принять и усвоить уже состоявшуюся систему социальных и нравственных ценностей, идеалов норм и правил поведений, стать полноправным членом общества. Это то, что нужно обществу [1,с 45.]. А с другой стороны, на этот процесс оказывают влияние различные сторонние факторы, которые могут быть представлены спонтанными процессами в социуме. Совместный результат таких влияний не всегда соответствует ожиданиям и не всегда соответствует интересам общества. Следовательно, социализация является определяющим фактором развития личности.

В процессе социализации задействовано все окружение ребенка, это семья, соседи, сверстники, педагоги и так далее. Естественно, важное значение в процессе становления частью общества имеет здоровье ребенка, которое оберегается родителями с малых лет. Для сбережения здоровья и поддержания его в хорошем состоянии ребенка должна быть соответствующая здоровая среда не только дома, но и в детском саду и школе. Такая среда должна помогать расти ребенку крепким физически и морально, она должна быть благоприятной для сохранения здоровья ребенка, а это значит, что она должна быть здоровьесберегающей [3, с 157].

Здоровьесберегающая среда основывается на здоровьесберегающих технологиях. Данные технологии делятся на два вида работы по оздоровлению и развитию детей: 1) приобщение детей к физической культуре; 2) использование развивающих форм оздоровительной работы. Целью здоровьесберегающих технологий является не простое лечение и профилактика болезней, а укрепление здоровья как самостоятельно культивируемой ценности, необходим комплекс эффективных лечебно-профилактических мер, система надежных средств коррекции психофизического развития на протяжении всего дошкольного детства [2, c 58].

Актуальность данной темы высока для нашей дошкольной организации, так как детский сад посещают не только здоровые дети, но и дети, имеющие отклонения в развитии. Это означает что наша организация комбинированного вида. Поэтому создание благоприятной оздоровительной среды и использование здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением в работе нашего детского сада.

Работа по реализации здоровьесберегающих технологий базируется на следующих принципах [5]:

* *принцип развития творческого воображения*;
* *принцип формирования осмысленной моторики;*
* *принцип создания и закрепления целостного позитивного психосоматического состояния при различных видах деятельности*;
* *принцип формирования у детей способности к сопереживанию и содействию.*

Основными формами организации здоровьесберегающей работы в детском саду являются:

* физкультурные занятия;
* самостоятельная деятельность детей;
* подвижные игры;
* утренняя гимнастика (традиционная, дыхательная);
* двигательно-оздоровительные физкультминутки;
* физические упражнения после дневного сна;
* физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами;
* физкультурные досуги;
* спортивные праздники;
* оздоровительные процедуры в водной среде.

Так же применяются здоровьсберегаюшие технологии, технологии сохранения и стимулирования здоровья [4, c. 97-101]:

* Динамические паузы – во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.
* Подвижные и спортивные игры – как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени подвижности ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В детском саду мы используем лишь элементы спортивных игр.
* Релаксация – в любом подходящем помещении, в зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп. Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы.
* Гимнастика пальчиковая – с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).
* Гимнастика для глаз – ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста. Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.
* Гимнастика дыхательная – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры.
* Динамическая гимнастика – ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.
* Гимнастика корригирующая – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей.
* Гимнастика ортопедическая – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы
* Психофизический комплекс для оптимизации работы.
системы пищеварения (Руденко А. С. )

Стоит отметить, что в нашем детском саду присутствуют факторы, способствующие укреплению здоровья и развитию физического и морального состояния детей. Такими факторами являются оборудованный спортивный зал, бассейн, психомоторная комната и музыкальный зал.

Систематическое использование здоровьесберегающих технологий способствует созданию благоприятной здоровьесберегающей среды, которая положительно влияет на успешное развитие ребенка, на укрепление его здоровья, что является одним из важнейших факторов успешной социализации. Так же такая среда способствует обеспечению всестороннего раскрытия способностей личности ребенка, рациональному использованию его интеллектуальных и физических ресурсов в интересах общества в будущем и всестороннего удовлетворения личных потребностей в настоящем, что так же приводит к социализации ребенка.

**Список литературы**

1. Андреева, Т.М. Социальная психология / Т.М. Андреева. - М.: ООО "Издательство АСТ", 2001. - 288 с.
2. Брехман, И.И. Валеология - наука о здоровье / И. И. Брехман. - М. : Физкультура и спорт, 1990. - 206 с.
3. Капелевич, Т.С. Организация социально-педагогической работы в учреждениях образования [Текст] : учеб.-метод. пособие / Т.С. Капелевич. - Мн.: Новое знание, 2007. - 346 с.
4. Шилович С.Н. Работа социального педагога по формированию здорового образа жизни / С.Н. Шилович. // Сацыяльна-педагагiчная работа. - 2003 - №4 - С. 97 – 101.
5. Интернет источник: http://faners.ru/temy/sovremennye-zdorov esberegayushhie -tehnologii-u-doshkolnikov/