**Современные подходы к определению и применению здоровьесберегающих технологий в дошкольных образовательных организациях.**

Благополучие и здоровье детей является общепризнанной ценностью современного общества и государства. Актуальность данной темы определяется объективной необходимостью решения задач сохранения и формирования физического, психологического и социального здоровья детей через внедрение в образовательный процесс новых технологий, средств и методов, соответствующих запросам современного общества. Необходимость сохранения здоровья ребенка дошкольного возраста определяются также целой группой нормативных правовых документов. Например, Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования указывает, что одним из ведущих направлений в дошкольном образовании является сохранение и укрепление здоровья детей [5]. В Национальной доктрине развития образования в Российской Федерации на период до 2025 года, Концепции долговременного социально-экономического развития Российской Федерации до 2020 года, национальном проекте «Демография» и Стратегии развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года отмечается, что приоритетной задачей современной системы образования в нашей стране является создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей, подростков и молодежи [8], [9], [10].

Анализ проблемы целесообразно начать с рассмотрения теоретической базы, раскрывающей сущность основных понятий темы и позволяющей педагогом осознанно подходить к выбору и применению основных здоровьесберегающих технологий. В отечественной педагогической науке проводятся разнообразные теоретические исследования и накоплен значительный практический опыт, касающийся проблемы сохранения и укрепления здоровья детей разного возраста. Понятие «здоровье» изучается различными науками и является основой для выделения различных авторских подходов. Например, аксиологический подход, представителями которого являются В. А. Сластенин, О. В. Хухлаева, В. Е. Цибульникова рассматривает здоровье, прежде всего, как универсальную человеческую ценность. Акмеологический подход и такие авторы, как А. А. Бодалев, Г. Т. Ганжин считают, что здоровье – это основное необходимое условие актуализации высших возможностей человека. Биосоциальный подход и его представители, такие как, Н. А. Лебедев, Н. М. Амосов, Т. Г. Зенкова понимают здоровье как состояние биологической системы – организма и как компонент социальной системы – общества. Наиболее эффективным для нашего исследования представляется здоровьесберегающий подход. Авторы, работающие в рамках данного подхода, понимают здоровье как активный процесс жизнедеятельности, обеспечивающийся здоровым образом жизни, предполагающим активную роль человека в достижении и формировании собственного здоровья. К данному подходу можно отнести работы Е. А. Левановой, О. А. Шкляровой и др [11]. Н. Г. Козак в своих исследованиях делает вывод, что вклад биологов, медиков в изучение проблемы здоровья очень велик, но в сфере образования приоритетными являются педагогические подходы к этой категории, в частности, с точки зрения позитивной философии, саногенного мышления [4]. Таким образом, понятие «здоровье» вызывает большой интерес в научном мире, имеет различные трактовки и периодически дополняется. Одни ученые акцентируют внимание на здоровье как состоянии, другие – как свойстве, третьи – как процессе, а некоторые считают оптимальным интегрированный подход. Остановимся на взаимосвязи здоровья и образования. Направленность современной педагогической науки на гуманизацию и индивидуализацию образования предполагает заботу о физическом и психологическом здоровье и комфортном самочувствии ребенка и актуализирует вопросы создание оптимальных условий для развития, самоопределения, оздоровления каждого ребенка. Это отражается в положения личностно-ориентированного подхода (A. C. Белкин, A. B. Запорожец, Н. Я. Михайленко, Л. В. Трубайчук и др.), в основе которого лежит признание индивидуальности и неповторимости каждого ребенка, обладающего неповторимым личностным опытом. Осознание взаимосвязи между здоровьем детей и процессом их образования стало причиной появления достаточно большого количества исследований, в которых предлагаются подходы к решению проблемы здоровья детей при помощи педагогических средств. Эффективное решение данной задачи возможно через применение здоровьесберегающих технологий в образовании. Обзор основных научно-педагогических литературных работ позволяет определить основные интерпретации понятия «здоровьесберегающая технология». Мы проанализировали понятия, критерии и условия применения зддоровьесберегающих технологий в трудах различных авторов. Рассмотрев работы В. И. Ковалько, О. В. Петрова, Н. К. Смирнова мы выявили, что понятие «здоровьесберегающая технология» является весьма сложным и многоаспектным. Здоровьесберегающие технологии трактуют как педагогическую деятельность, как человекоформирующий педагогический процесс и как систему, создающую оптимальные условия сохранения здоровья [3, с. 123]; [6, с. 34]. [10, с. 84]. Нам близка позиция Н. К. Смирнова определяющего здоровьесберегающие образовательные технологии как системный подход к обучению и воспитанию, основанный на намерении педагогов не нанести ущерб здоровью детей. Н. К. Смирнов особо подчеркивает, что здоровьесбережение может быть условием и средством гуманного образования.

Подходя к вопросу классификации здоровьесберегающих технологий, отметим, что в большом спектре данных технологий, осуществимых в системе образования, различают некоторые группы, отличающиеся своеобразным подходом к охране здоровья и разными средствами и формами работы. Нам представляется подходящей классификация, разработанная Н. К. Смирновым.

По характеру действия здоровьесберегающие технологии условно разделяются на четыре группы.

1. Защитно-профилактические технологии. Ориентированы на защиту организма от опасных для здоровья воздействий среды. Сюда можно включить: выполнение санитарно-гигиенических требований, регламентированных СанПиНами; вакцинации и другие лечебно-профилактические мероприятия; контроль за учебной нагрузкой и ограничение предельного ее уровня, исключающего наступление состояния переутомления детей; профилактики травм и др.
2. Компенсаторно-нейтрализующие технологии. Применяются для компенсации недостатков того, что необходимо человеку для полноценной жизнедеятельности, для полной или частичной нейтрализации негативных влияний окружающего мира. К ним относят: физкультминутки и физкультурные паузы, в некоторой степени снижающие неблагоприятное воздействие статичности занятий, недостаточность двигательной нагрузки, эмоциональные паузы, или «минутки релаксации», уменьшающие стрессовые воздействия, психоэмоциональную нагрузку.
3. Стимулирующие технологии. Позволяют активизировать и использовать ресурсы организма человека для выхода из нежелательного состояния. Наиболее распространенные примеры: температурное водное и воздушное закаливание, физические нагрузки, различные варианты дыхательных гимнастик, элементы массажа и самомассажа, ароматерапии и др.
4. Информационно-обучающие технологии. Обеспечивают детям уровень образованности, требующийся для продуктивной заботы о здоровье своем и окружающих людей, помогают в формировании культуры здоровья на личностном и социальном уровне. Данные технологии реализуются при проведении образовательных и просветительских мероприятий и занятий [10].

Все вышеперечисленные технологии могут присутствовать в практике работы дошкольных образовательный организаций. Но могут существовать значительные отличия в сроках реализации технологий, приемах и методах применения. Выбор конкретной группы здоровьесбергающих технологий будет зависеть от целей, стоящих пред педагогами, ресурсах здоровья детей, индивидуальных и возрастных особенностей. Например, в дошкольном возрасте учитывать возрастные особенности нервной системы детей, в частности некоторую функциональную незрелость, неуравновешенность нервных процессов возбуждения и торможения. Ребёнку сложно контролировать собственное состояние: процессы возбуждения преобладают над процессами торможения. Еще одна особенность высшей нервной деятельности ребенка в том, что она обладает сравнительно небольшой выносливостью. Необходимы особые приемы предотвращения переутомления нервной системы. Эффективным представляется широкое использование компенсаторно-нейтрализующих технологий здоровьесберегающих технологий, в частности пауз отдыха и психологической релаксации, уменьшающие стрессовые воздействия, психоэмоциональную нагрузку, формирующих навыки осознанного расслабления. В распоряжении педагога есть широкий выбор релаксационных игр для профилактики утомления, вызванного интеллектуальными и физическими нагрузками, обучения детей навыкам управления своим телом и мышечной релаксации. Также они выполняют коммуникативную, развлекательную и воспитательную функции. Традиционно широко применяются стимулирующие технологии здоровьесберегающие технологии, включающие, в том числе, разные варианты физических нагрузок, дыхательных гимнастик и т.д. Отметим, что в основу данных технологий могут быть положены различные традиционные и нетрадиционные подходы, средства, методы, имеющие преимущественно мягкий, щадящий для здоровья характер, подходящий для детей с разным состоянием здоровья. При реализации данной группы технологий, также необходимо учитывать возрастные и анатомо-физиологические особенности детей дошкольного возраста. Наиболее рационально в дошкольном возрасте способствовать формированию гибкости и координационных качеств, а также навыков ориентации в пространстве. Быстрота и выносливость развиваются дозированно и преимущественно во время игры. Следует ограниченно и осторожно применять силовые упражнения. Как правило, для развития силы используются упражнения, с отягощением только собственным весом тела (приседания, прыжки, лазанье). Для решения этих задач с успехом применяют в том числе различные нетрадиционные подходы, средства, методы используют приёмы детской йоги, стретчинга, детской аэробики и т.д.

В целом, здоровьесбережение не стоит рассматривать как цель образования, а, скорее, как одну из задач для достижения определенной цели. Любую педагогическую технологию можно охарактеризовать с позиций здоровьесбережения, учитывая насколько при ее реализации выполняется задача сохранения здоровья основных субъектов образовательного процесса – детей, педагогов, родителей, а также закрепляющей соответствующее преимущество в ценностях и принципах педагогической деятельности. Здоровьесберегающие образовательные технологии как деятельность, основанная на намерении педагогов не нанести ущерб здоровью детей. является частью комплексной помощи детям, гарантирующей право на полноценное образование каждому ребенку, с учетом его индивидуальных образовательных потребностей и ресурсов здоровья.

В современных научных исследованиях все чаще встречается понятие «здоровьеформирующие технологии». Н.К. Смирнов определяет здоровьеформирующие образовательные технологии как совокупность разнообразных психолого-педагогических технологий, методик, методов, ориентированных на воспитание у детей личностных и культурных качеств, способов поведения, способствующих сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностных представлений о здоровье, мотивации к здоровому образу жизни [11, с. 97]. Борисов А. А., Сыромятникова Л. И., Борисова Л.П. считают, что здоровьеформирующие технологии в образовании – это системный метод создания и применения процесса преподавания и усвоения знаний, ориентированный на формирование культуры здоровья и личностных качеств обучающихся, способствующих повышению интереса и мотивации к здоровому образу жизни [2, с. 375-377]. Представленные исследователи также приходят к выводу, что в образовательной системе становятся приоритетными не только знания, но и физическое, психическое и нравственное состояние носителя знаний, степень реализации потенциальных возможностей человека. Безруких М. М. и Сонькин В. Д. предлагают следующие условия реализации здоровьеформирующих технологий:

отсутствие стресса и эмоционального перенапряжения в образовательном процессе;

адекватность требований, соответствие методик обучения и воспитания здоровьесберегающим критериям;

целесообразная организация образовательного процесса (предполагающая согласованность с индивидуальными психофизиологическими особенностями и гигиеническими нормами);

соответствие разных видов нагрузок реальным возрастным возможностям ребенка;

валеологическое просвещение, способствующее осознанному, информированному поведению в вопросах сохранения здоровья;

необходимый, достаточный и рационально организованный и индивидуально адаптированный двигательный режим [1].

Понимание теоретических аспектов здоровьясбережения необходимое условие осознанного и эффективного применения здоровьесбергающих технологий. Таким образом, результаты современных исследований дополняют и расширяют существующие теоретические представления в области здоровьесбережения в системе дошкольного образования, создают теоретическую основу и открывают перспективы для дальнейшего исследования проблем формирования и реализации здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании детей.

Список литературы:

1. Безруких М.М., Сонькин В.Д. и др. Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология, формы, методы, опыт применения / Центр образования и здоровья Минобразования РФ. – М.: Триада-фарм, 2002. – 117 с.
2. Борисов А.А., Сыромятникова Л.И., Борисова Л.П. Реализация здоровьеформирующих образовательных технологий в области педагогического образования // Молодой ученый. - 2012. - № 6. - С. 375-377.
3. Ковалько В. И. Здоровьесберегающая педагогика. - 2-е изд. - М.: Издательский центр «Академия», 2013. - 399 с.
4. Козак Н.Г. Дефиниция «здоровье» в педагогической литературе: многообразие научных подходов к содержанию и составляющим // Фундаментальные исследования. – 2013. – № 10-6. – С. 1356-1359;URL: http://www.fundamental-research.ru/ru/article/view?id=32546
5. Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования: Приказ Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155 // Дошкольное воспитание. - 2014. - № 2. - С. 4-17.
6. Петров В. О. Здоровьесберегающие технологии в работе учителя физической культуры: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Ростовский государственный педагогический университет. – Ростов н/Д, 2005. - 201 с.
7. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000 N 751"О национальной доктрине образования в Российской Федерации" [Электронный ресурс] // Минобрнауки. РФ: сайт. - URL: <http://www.minobr74.ru/>
8. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р г. Москва "Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года" [Электронный ресурс] // Минобрнауки. РФ: сайт. - URL: <http://www.minobr74.ru/>
9. Распоряжение Правительства РФ от 17.11.2008 N 1662-р (ред. от 28.09.2018) «О Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года» [Электронный ресурс] // Минобрнауки. РФ: сайт. - URL: http://www.minobr74.ru/
10. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. - 2-е изд. - М.: АРКТИ, 2009. - 320 с.
11. Цибульникова В. Е., Леванова Е. А Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании:учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов. – Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2017. – 148 с.