

**Волкова Екатерина Анатольевна**

*Государственное учреждение образования «Дошкольный центр развития ребёнка «Солнышко» г. Копыля»,  
Копыль, Минская область, Республика Беларусь, k375295745497@yandex.ru*

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В УСЛОВИЯХ УЧРЕЖДЕНИЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

В статье раскрывается сущность и значение здоровьесберегающих технологий в системе дошкольного образования. Автор подчёркивает, что такие технологии направлены не только на создание благоприятных условий для физического, психического и социального развития ребёнка, но и на формирование у него осознанной потребности в здоровом образе жизни. Рассматриваются ключевые компоненты здоровьесберегающей педагогической деятельности.

**Ключевые слова:** технологии; здоровье; здоровьесберегающие технологии; учреждение дошкольного образования; дошкольный возраст.

**Volkova Ekaterina Anatolyevna**

*State Educational Institution "Solnyshko Preschool Center for Child Development, Kopyl",  
Kopyl, Minsk Region, Republic of Belarus, k375295745497@yandex.ru*

## **USE OF HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN PRESCHOOL EDUCATION INSTITUTIONS**

The article reveals the essence and significance of health-preserving technologies in the preschool education system. The author emphasizes that such technologies are aimed not only at creating favorable conditions for the physical, mental, and social development of children, but also at fostering their conscious need for a healthy lifestyle. The article discusses the key components of health-preserving pedagogical activities.

**Key words:** technologies; health; health-preserving technologies; preschool educational institution; preschool age.

**Введение.** Система здоровьесберегающего образования, наряду с созданием необходимых условий для полноценного естественного развития ребёнка, способствует формированию у него осознанной потребности в сохранении здоровья, пониманию основ здорового образа жизни, а также обеспечивает практическое освоение навыков укрепления и поддержания физического и психического благополучия [1].

В учреждениях дошкольного образования создаются условия для обеспечения социально-психологического благополучия, эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми. Средствами здоровьесбережения выступают: создание адаптивной среды, межличностные отношения, содержание учебной программы дошкольного образования, методы и формы воспитания и обучения, стиль взаимоотношений педагогов и детей [2].

**Основная часть.** Для лучшего понимания термина «здоровьесберегающие технологии» необходимо рассмотреть сущность понятия «технология». Г. М. Коджаспирова и А. Ю. Коджаспиров дают следующее определение термину «технология» — «это инструмент профессиональной деятельности педагога, соответственно характеризующаяся качественным прилагательным — педагогическая. Сущность педагогической технологии заключается в том, что она имеет выраженную этапность (пошаговость), включает в себя набор определённых профессиональных действий на каждом этапе, позволяя педагогу ещё в процессе проектирования предвидеть промежуточные и итоговые результаты собственной профессионально-педагогической деятельности [3, с. 155].

Здоровьесберегающая педагогическая технология, по мнению А. Н. Трофимова, — это условия нахождения ребёнка в учреждении дошкольного образования (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания); рациональная организация образовательного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями); соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребёнка; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим [4].

Целью здоровьесберегающей образовательной технологии выступает обеспечение условий физического, психического, социального и духовного комфорта, способствующих сохранению и укреплению здоровья субъектов образовательного процесса, их продуктивной учебно-познавательной и практической деятельности, основанной на научной организации труда и культуре здорового образа жизни личности.

На основании анализа научных исследований (Н. Я. Зотова [5], Г. А. Парникова [6]) в структуре здоровьесберегающих педагогических технологий, используемых в учреждении дошкольного образования, выделяются технологии сохранения и стимулирования здоровья: стретчинг рекомендуется детям с вялой осанкой и плоскостопием; динамические паузы рекомендуются 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 подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения; релаксация предполагает использование спокойной классической музыки (Чайковский,

Рахманинов), звуков природы; пальчиковая гимнастика рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени; гимнастика для глаз, при которой рекомендуется использовать наглядный материал, показ воспитателя; дыхательная гимнастика в различных формах физкультурно-оздоровительной работы.

К. Р. Тихомирова подчёркивает, что взаимодействие учреждения дошкольного образования с семьёй по вопросам охраны и укрепления здоровья детей включают в себя: информирование родителей по вопросам оздоровления детей без лекарств. Родителям предлагаются комплексы упражнений по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, пальчиковые игры для развития мелкой моторики. Родители активно вовлекаются в физкультурно-массовые мероприятия [7].

**Заключение.** Таким образом, здоровьесберегающие технологии — это один из видов современных инновационных технологий, направленные на сохранение и улучшение здоровья всех участников образовательного процесса в учреждении дошкольного образования. Использование данных технологий имеет двустороннюю направленность. Во-первых, это формирование у воспитанников основ валеологической культуры; а во-вторых, это организация образовательного процесса в учреждении дошкольного образования без негативного влияния на здоровье детей.

#### Список цитируемых источников

1. Тамарская, Н. В. Управление учебно-воспитательным процессом в классе (здоровьесберегающий аспект) : учеб.-метод. пособие для учителя / Н. В. Тамарская, С. В. Русакова, М. Б. Гагина. — Калининград : КГУ, 2002. — 31 с.
2. Баранова, Н. М. Формирование здорового образа жизни старших дошкольников посредством здоровьесберегающих технологий / Н. М. Баранова // Актуальные исследования. — 2022. — № 50 (129). — С. 71—73.
3. Коджаспирова, Г. М. Педагогический словарь: для студентов высш. и средних пед. учеб. заведений / Г. М. Коджаспирова, А. Ю. Коджаспиров. — М. : Академия, 2001. — 176 с.
4. Трофимова, А. Н. Основные аспекты современных здоровьесберегающих технологий в образовательном пространстве / А. Н. Трофимова // Физиологические, психофизиологические проблемы здоровья и здорового образа жизни : материалы IX Всерос. студенческой науч.-практ. конф. с междунар. участием. — Екатеринбург : УрГПУ, 2023. — С. 653—658.
5. Зотова, Н. Я. Современные здоровьесберегающие технологии, используемые в детском саду в соответствии С ФГОС ДО / Н. Я. Зотова // Академическая публицистика. — 2024. — № 4—2. — С. 326—329.
6. Парникова, Г. А. Здоровьесберегающие технологии в режиме дня детского сада / Г. А. Парникова // Методист дошкольного образовательного учреждения. — 2021. — № 33. — С. 34—39.
7. Тихомирова, К. Р. Формирование ЗОЖ с использованием здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий в детском саду / К. Р. Тихомирова // Сохранение здоровья подрастающего поколения в современных условиях : сб. ст. преподавателей и студентов. — М. : ГСИ, 2021. — С. 46—48.

УДК 373

**Вольнец Валерия Сергеевна**

Государственное учреждение образования «Детский сад № 35 г. Лиды»,  
г. Лиды, Республика Беларусь, [detsad35@edu-lida.gov.by](mailto:detsad35@edu-lida.gov.by)

### ЭФФЕКТИВНЫЕ ПОДХОДЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ УЧРЕЖДЕНИЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

В статье рассматриваются эффективные подходы к организации здоровьесберегающей среды в учреждении дошкольного образования, направленные на сохранение психологического здоровья детей. Описаны здоровьесберегающие технологии — песочная и арт-терапия, сказкотерапия, музыкотерапия, психогимнастика, а также условия создания уголка психологической разгрузки, способствующего эмоциональному благополучию воспитанников.

**Ключевые слова:** психологическое здоровье; среда; здоровьесберегающие технологии.

**Volynets Valeria Sergeevna**

State Educational Institution “Kindergarten No. 35, Lida”, Lida, Republic of Belarus, [detsad35@edu-lida.gov.by](mailto:detsad35@edu-lida.gov.by)

### EFFECTIVE APPROACHES TO ORGANIZING A HEALTH-SAVING ENVIRONMENT IN PRESCHOOL EDUCATION

The article discusses effective approaches to organizing a health-preserving environment in a preschool institution aimed at preserving children’s psychological health. It describes health-preserving technologies such as sand and art therapy, fairy tale therapy, music therapy, and psychogymnastics, as well as the conditions for creating a psychological relief corner that promotes the emotional well-being of students.

**Key words:** psychological health; environment; health-saving technologies.

**Введение.** На современном этапе развития общества к дошкольному образованию предъявляется ряд требований, основным из которых является организация воспитания и развития детей дошкольного возраста на основе здоровьесберегающих технологий. Важное значение при этом отводится созданию предметно-