

*Русина Кристина Олеговна  
воспитатель  
МБДОУ №1 «Золотой петушок»  
город Северодвинск*

## **Использование здоровьесберегающих технологий в познавательном развитии дошкольников**

Использование здоровьесберегающих технологий в познавательном развитии дошкольников играет важную роль в обеспечении комфортных и безопасных условий пребывания детей в дошкольном образовательном учреждении. Эти технологии направлены на поддержку и укрепление здоровья детей, повышение эффективности обучения и формирование правильных привычек, способствующих сохранению здоровья и предотвращению развития заболеваний.

Здоровьесберегающие технологии включают различные аспекты, такие как физическая активность, правильное питание, соблюдение гигиены, обучение навыкам здорового образа жизни и организация пространства в дошкольной образовательной организации.

Применение здоровьесберегающих технологий в ДОУ стимулирует физическую активность детей, укрепляет их здоровье и формирует привычку вести здоровый образ жизни. Регулярные медицинские осмотры, проведение вакцинаций и обучение детей гигиеническим привычкам также являются важными составляющими этих технологий.

Образовательные здоровьесберегающие технологии направлены на формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью, развитие познавательной активности и интеллектуального потенциала. Интерактивные игры, приложения и образовательные лекции помогают детям развивать навыки здорового образа жизни и учиться правилам гигиены.

Таким образом, использование здоровьесберегающих технологий в познавательном развитии дошкольников способствует поддержанию и укреплению здоровья детей, повышению эффективности обучения и формированию правильных привычек, которые помогут им сохранить здоровье и успешно развиваться в будущем.