**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение детский сад «Светлячок» г.Цимлянска**

**Консультация для педагогов**

**Тема: «Здоровая образовательная среда-здоровый ребенок».**

**Подготовила и провела воспитатель: Бендерскова О.В.**

 **декабрь 2015г.**

# В дошкольном возрасте очень важно, чтобы каждый ребенок благополучно прошел все жизненно необходимые этапы физического развития и достиг определенного уровня созревания всех систем организма. Работа по охране и укреплению здоровья дошкольников ведется в нескольких направлениях. Это:

# 1.  обеспечение психологического комфорта и легкой, безболезненной адаптации детей к дошкольному учреждению;

# 2.  создание безопасных, благоприятных, комфортных условий пребывания детей в дошкольном учреждении;

# 3.  развитие физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка;

# 4.  развитие здоровьесберегающих навыков и умений, воспитание потребности в здоровом образе жизни в тесном содружестве с родителями;

# 5.  подготовка детей к обучению в школе и диагностика «школьной зрелости»;

# 6.  организация полноценного сбалансированного питания

# Для осуществления такой работы в дошкольных учреждениях создана необходимая материально-техническая база, включающая в себя соответствующие функциональные помещения, современное высокотехнологическое оборудование, разнообразный ассортимент доброкачественной продукции .

# Здоровье – это показатель качества условий среды. Чтобы создать благоприятную социальную среду, в детских садах ведется большая работа по адаптации малышей к условиям детского коллектива посредством психолого-медико-педагогического наблюдения и сопровождения. Рациональное построение режима дня, допускающее его гибкость, облегчает адаптацию и создает комфортные условия пребывания детей в детском саду. А соблюдение санитарно-эпидемиологических правил и нормативов обеспечивает безопасное экологическое пространство дошкольников.

# Физкультурно-оздоровительная работа, является важным направлением в воспитании детей. Ведь движения способствуют развитию физиологических систем и определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма.

# Рациональный двигательный режим складывается из различных форм двигательной активности (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, гимнастика после дневного сна, физкультминутки, подвижные игры и физические упражнения на прогулках, воздушно-контрастное закаливание, игры в физкультурных уголках групп, самостоятельная двигательная деятельность и др.). Физкультурные занятия формируются у дошколят двигательные умения и навыки, развивают основные двигательные качества, тренируют функциональные системы детского организма.

# В группах, с учетом возраста детей, созданы спортивные уголки, имеются  оборудование для проведения закаливающих процедур, профилактики плоскостопия, информационные уголки  здоровья для родителей. Игровые участки детского сада дают возможность детям для развития двигательных навыков в любое время года.

# Большую роль в функциональном совершенствовании детского организма, повышении его работоспособности, развитии защитных сил по отношению к неблагоприятным факторам внешней среды играют закаливающие мероприятия. Ведущими моментами которых являются ускорение адаптации к холоду и формирование физической терморегуляции. В детских садах применяются разнообразные методы и методики закаливания (воздушно-контрастный, босохождение, солевые дорожки, полоскание зева, и др.) с учетом индивидуальных физиологических и возрастных особенностей дошкольников.

# Хочется отметить, что активное участие в физкультурно-оздоровительной работе должны принимать и родители наших воспитанников. Так,например участвовать в традиционном, спортивном празднике «Мама, папа и я – спортивная семья». Это мероприятие повышает интерес к физической культуре, как у детей, так и у взрослых, улучшает психологический климат семьи, укрепляя взаимопонимание между ее членами.

# Кроме того, в дошкольных учреждениях большое внимание уделяется развитию навыков и умений в области охраны здоровья, профилактики детского травматизма. С этой целью в детских садах успешно реализуются профилактические программы «Личная безопасность ребенка». «Основы безопасности детей дошкольного возраста», благодаря которым обучение социальным и здоровьесберегающим навыкам осуществляется через игру.

#  В работе с семьей по формированию потребности в здоровом образе жизни у детей использовать разнообразные формы  работы, такие как информационные памятки, буклеты («Хочешь быть здоровым», «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»), тематические выставки («Спортивная семья», «Правильные продукты»).

# Разнообразные формы работы с родителями (семейные клубы, родительские гостиные, деловые игры, тренинги, вечера вопросов и ответов) повышают авторитет наших дошкольных учреждений, обеспечивают тесный контакт и взаимодействии, способствуя воспитанию здорового ребенка совместными усилиями семьи и детского сада.

# В рамках подготовки детей к обучению в школе во всех и детских садах проводится диагностика «школьной зрелости», включающая в себя определения биологического возраста, проведение антропометрических измерений (вес, рост), исследование чистоты речи, оценку степени развития необходимых школьных функций. Это работа направлена на облегчение адаптации наших воспитанников к новой для них школьной среде.

# Питание – один из ключевых факторов, определяющих не только качество жизни ребенка, но и условия его роста и развития. В детских садах организовано пятиразовое питание.  В рационе детей около 370 разнообразных питательных люд, салатов, выпечки, напитков.

# Кроме того, осуществляется индивидуальный подход к детям. Нуждающимся в диетическом питании. При составлении меню учитываются все медицинские противопоказания в продуктах питания, пища готовится по технологическим картам. В летнее-осенний период для дошкольников организуется витаминные столы: 2-3 в день предлагаются салаты из свежих овощей, натуральные овощи, фрукты, зелень. В зимнее-весенний период в рацион детей каждый день включаются салаты из вареных овощей.

# Для повышения защитных сил организма посезонно в детских садах проводится лечебно-профилактические мероприятия. В комплекс мероприятий включены медикаментозные средства (витамины).