Консультация для воспитателей  
***«Здоровая образовательная среда - здоровый ребенок»***

Высочайшие темпы развития общества предъявляют все более высокие требования к человеку и его здоровью, но в последние годы наблюдается заметное ухудшение состояния здоровья детей. Это обусловлено многими факторами. Помимо неблагоприятных климатических особенностей, на здоровье детей отрицательно влияют ухудшение экологической обстановки, электроно – лучевое, « металло – звуковое» облучение (компьютерные игры, длительный просмотр телевизора и т. д.), неправильный образ жизни семьи. На состояние здоровья ребёнка, оказывают влияние различные факторы: состояние здравоохранения – 10%; наследственность – 15%; состояние окружающей среды – 25%; социальные условия, образ жизни – 50%.

К актуальным проблемам детского здоровья относятся:  
- гиподинамия – нарушение функций опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения;  
- детские стрессы – нервные расстройства вследствие отрицательной психологической обстановки в семье, излишнего шума и нервности в детском коллективе;  
- тревожность – недостаток эмоциональной поддержки в детском саду и семье; - недостаток информации.

В настоящее время имеются данные, согласно которым только 14% из каждой тысячи детей в возрасте до 15 лет могут считаться практически здоровыми. Остальные либо имеют выраженные отклонения в состоянии здоровья (50%), либо страдают хроническими заболеваниями (35%). Практика показывает, что решить проблему сохранения и укрепления здоровья детей одной медицине не под силу. К тому же установка на здоровье (а, соответственно, на здоровый образ жизни) не появляется у человека сама собой, а формируется в результате определённого педагогического воздействия.

Вот почему укрепление здоровья детей – актуальнейшая проблема современного образования.

В соответствии с Законом РФ «Об образовании» (статья32) ответственность за жизнь и здоровье детей несет образовательное учреждение. В.А.Сухомлинский писал: «Я не боюсь еще и еще раз повторять: забота о здоровье ребенка - это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, прочность знаний, вера в свои силы».

Дошкольное образовательное учреждение-первая ступень, обеспечивающая развитие дошкольника в полноценную и гармоническую личность. Это возможно лишь пи условии обеспечения физического здоровья, психоэмоционального благополучия ребенка, формирования потребности детей в здоровом образе жизни.

Организуя воспитательно-образовательный процесс, в МДОУ мы руководствуемся программой «Воспитание и обучение в детском саду» под редакцией М. А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой, она в целом обеспечивает реализацию составляющих: оздоровление, развитие, и направлена на охрану и укрепление здоровья ребенка. Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в детском саду создана предметно-развивающая среда, помогающая ребенку найти область своих интересов, раскрыть потенциальные возможности, утвердиться творчески способной личностью. Создание экологически чистого (адаптационного, реабилитационного, образовательного) пространства для каждого ребенка, только в этих условиях ДОУ может раскрыть индивидуальность каждого ребенка.

* Создавая здоровую образовательную среду, предусматривается осуществление закаливающих и оздоровительных мероприятий, обеспечивающих комфортное пребывание ребенка в детском саду в соответствии с его индивидуальными особенностями и состоянием здоровья.
* Определение соответствия образовательной среды (материально-техническое обеспечение образовательного процесса, характеристика педагогического коллектива, организация образовательного процесса) состоянию здоровья ребенка и своевременное выявление факторов риска для его здоровья и развития.
* Безопасная среда (правильно оборудованные помещения – игровая комната, спальня, приемная, где - соблюдена пожарная безопасность);
* Правильное хранение различных материалов, медикаментов, моющих средств (в недоступном для детей месте);
* Мебель подобрана по росту детей, промаркирована, отвечает требованиям САНПИНА;
* Световое и цветовое решение интерьера, наличие комнатных растений, грамотно выполненный ландшафтный дизайн территории. ( Ученые выяснили, что растения выделяют особые биогенные вещества, которые способны обеззараживать воздух от вредных микробов. ) эти вещества называют фитонцидами. В весеннее время года растения гораздо более активны, а значит, выделяют больше фитонцидов. Они могут убивать вирусы, грибки, бактерии. Конечно, невооруженным глазом это не заметно, и вряд ли кто-то думает, что любимая герань стоит на страже здоровья. А ведь это действительно так. Потребление цветами кислорода во много раз меньше, чем его выделение. „Остатки” достаются нам, за что цветам огромное спасибо. Например, такие цветы как:

-амарилис, бегония уничтожают микробов;  
-каланхоэ лечит раны, насморк;  
-хлорофитум очищает химический состав воздуха лучше специальных приборов;  
-циперус, папоротник увлажняют воздух.)

Особое внимание уделить подбору и расстановке кадров на группы с учетом их деловых качеств, опыта и психологической совместимости. Помня о том, что результаты обучения детей зависят, прежде всего, от профессиональной подготовки педагогов, их педагогических знаний.

Поэтому, воспитание физически здорового и социально адаптированного ребенка, обеспечение его психического благополучия, а также формирование у дошкольника ответственности за свое здоровье – задача педагогов. Организуя предметно - развивающую среду мы руководствовались:  
Воспитательно-образовательный процесс: организованная деятельность, гимнастика, упражнения на релаксацию, познавательные занятия, физ. минутки.

Строгое соблюдение режима дня, комфортного для психологического состояния детей: утренняя гимнастика, организованная деятельность, подвижные игры на прогулке, спортивные развлечения и досуги, корригирующая гимнастика после сна, закаливающие процедуры, режим питания, сон, прогулки и прочее.

В ДОУ должны быть созданы все условия для двигательной активности детей*.* В детском саду должен быть физкультурный зал, предназначен для физкультурных занятий с разнообразным современным спортивным оборудованием. На территории детского сада спортивная площадка с «полосой препятствия» (дуги, бревна, скамейки, яма для прыжков в длину), баскетбольная площадка. Все помещения детского сада оснащены традиционным и нетрадиционным оборудованием, игрушками, пособиями, аудиосредствами, настольными играми, конструкторами и т.д.

Для развития физических качеств, формирования двигательных умений и навыков, воспитанию потребности в самостоятельных занятиях физическими упражнениями в каждой группе оборудован «Спортивный уголок». В этих зонах имеются мячи, скакалки, кегли, игры для развития мелкой моторики рук и физкультурное оборудование, сделанное руками воспитателей (дорожки из пуговиц, массажеры и т.д.). В начале учебного года, ознакомившись с картами здоровья, заполнив и проанализировав листы адаптации, педагоги проводят диагностику исходного уровня развития детей. В целях обеспечения индивидуально-дифференцированного подхода к каждому ребенку, организуется педагогический процесс на основе диагностики достижений детей и в результате ее выстраивается перспектива работы с каждым ребенком, зона его ближайшего и перспективного развития.

Среда, окружающая детей в группах ДОУ, обеспечивает безопасность жизни, способствует укреплению здоровья и закаливанию детского организма детей, а также удовлетворяет врожденную потребность детей в движении, которое служит важным условием формирования всех систем и функций организма, одним из способов познания мира, ориентировки в нём, а также средством всестороннего развития дошкольника. В МДОУ должна быть разработана целая система закаливающих мероприятий для каждого возраста.

1.Оздоровительная гимнастика на воздухе;  
2.Оздоровительные прогулки в любую погоду;  
3.Воздушные и солнечные ванны после сна и во время ежедневной физкультурно – оздоровительной деятельности;  
4.Обширное умывание и полоскание полости рта прохладной водой;  
5.Сон без маек в проветриваемом помещении;  
6.Ходьба босиком в летний период;  
7.Игры с водой;  
8.Корригирующая гимнастика;  
9.Гимнастика после сна (дыхательные упражнения, точечный массаж, пальчиковая гимнастика, самоммасаж, гимнастика для глаз и т.д.)  
9.Хождение по «дорожке здоровья»

В работе с детьми используются здоровьесберегающие технологии, которые помогают в создании благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирования основы базовой культуры личности, лучшему усвоению знаний детей и способствуют их гармоничному и всестороннему развитию.

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья.  
Динамические паузы (комплексы физ. минуток, которые могут включать дыхательную, пальчиковую, артикуляционную гимнастику, гимнастику для глаз и т. д); подвижные и спортивные игры; контрастная дорожка, тренажеры.  
  
2. Технологии обучения здоровому образу жизни.  
Утренняя гимнастика, организованная деятельность, точечный массаж, спортивные развлечения, праздники, день здоровья.  
  
3. Технологии музыкального воздействи.  
Музыкотерапия, сказкотерапия.

После сна ежедневно проводится гимнастика пробуждения; Для детей можно выработать такие правила здоровьесбережения: - соблюдать режим, - больше двигаться, - обращать больше внимания на питание, - стараться получать как можно больше положительных эмоций, - гнать прочь уныние и тоску, - желать себе и окружающим только добра.

Таким образом**,** создавая такую воспитательно-образовательную среду насыщенную атрибутами, картинами, дидактическими играми, иллюстрациями, художественной литературой, спортивным инвентарем и т.д. Это приведет детей к формированию потребности вести здоровый образ жизни, к осознанной охране своего здоровья, здоровья окружающих людей. Чтобы дети в ДОУ были здоровыми, необходимо их научить безопасности в современных условиях, т.е. адаптировать детей к тем условиям, что их может ожидать или непременно будет ожидать.

При организации здоровой образовательной среды, можно достичь следующих результатов:

* положительная динамика состояния здоровья, снижение уровня заболеваемости;
* повышение уровня физического развития детей, физической работоспособности, общей выносливости;
* развитие основных психических процессов (памяти, мышления, воображения, восприятия).