В то время как люди во всём мире принимают меры предосторожности для защиты себя, своей семьи и своей общины от коронавирусной инфекции (COVID-19), также важно, чтобы дети продолжали жизнь в детском саду

Детские сады и педагоги играют в этом важную роль. Обмен достоверной информацией, основанной на научных данных о COVID-19, поможет уменьшить страхи и тревоги по поводу заболевания и поможет справиться с вторичными эффектами, вызванными эпидемией.

Вот несколько советов педагогам, с помощью которых они могут приобщить воспитанников дошкольных учреждений к мерам профилактики и защиты от COVID-19 и других вирусов.

В первую очередь нужно научить детей правильному поведению, нацеленному на сохранение и поддержание здоровья.

 Например, они должны знать, что при кашле и чихании нужно прикрывать рот локтем и что нужно мыть руки.

Слайд: (алгоритм мытья рук)

Один из лучших способов защитить детей от коронавирусной инфекции и других заболеваний — это просто поощрять регулярное мытьё рук в течение 20 секунд.

Нужно придумать, как следить за тем, чтобы дети мыли руки, и методы поощрения за частое и своевременное мытьё рук.

С помощью игрушек или кукол продемонстрировать симптомы (чихание, кашель, высокая температура), что делать, если дети чувствуют себя плохо (например, если у них болит голова, болит живот или если они чувствуют жар или чрезмерную усталость) и как утешить того, кто болеет (культивировать в ребёнке чувство сострадания и развивать его способности позаботиться о себе).

Во время групповых игр сделайте так, чтобы дети сели подальше друг от друга, вытянули руки и «взмахивая крыльями» смогли научиться соблюдать между собой и своими друзьями достаточную дистанцию, чтобы не прикасаться друг к другу.

Во время пандемии мы с родителями старались как могли, обезопасить детей.

Носили маски, меряли температуру, как и все вели журнал утреннего фильтра приема детей

В группе дополнительно обрабатывались поверхности, проветривали помещения

**Слайд** (моем руки, пользуемся салфетками)

Закрепляли у детей умение правильно и своевременно мыть руки.

Если раньше мы учили детей пользоваться носовым платком, то во время пандемии мы учились пользоваться одноразовыми салфетками, учились чихать, прикрывая рот не ладонью, а локтем.

Договорились с родителями не приносить из дома игрушки, чтобы уменьшить риск заболевания, так как домашние игрушки не обрабатываются должным образом.

**Слайд** (папка-передвижка)

В родительский уголок выставлялась информация о правилах профилактики от новой коронавирусной инфекции.

Чтобы наши дети в детском саду были здоровы, необходимо внедрять современные инновации (технологии, здоровье сберегающая среда и т.д.) и, конечно, же, необходимо воспитывать потребность детей к здоровому образу жизни, научить их правильно относиться к своему здоровью.

Слайд (цель)

**Цель** моей консультации???

* 1. Определить актуальность проблемы "здоровья" в настоящее время;
* 2. Выявить, как можно укрепить здоровье детей дошкольного возраста в условиях детского сада.
* 3. Усовершенствовать комплексную систему физкультурно-оздоровительной работы с детьми, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей, сохранение у воспитанников здоровья через физические упражнения.
* Слайд (задачи)

**Задачи:**

1. Повысить собственный уровень знаний путём изучения литературы по данной теме,    
2. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;  
3. Активизировать педагогический потенциал семьи в вопросах формирования ценностей здоровья через разработку и использование форм работы с родителями по пропаганде здорового образа жизни.                                                          
4.Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;

Жизнь в 21веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья, воспитание привычки к здоровому образу жизни. Наше будущее — это наши дети. Наша Родина только тогда будет сильной, процветающей и конкурентно – способной страной, когда будет здоровым её подрастающее поколение.

 Нет задачи важнее и вместе с тем сложнее, чем вырастить здорового человека. А чтобы понять всю многогранность этой проблемы, необходимо уточнить, что такое здоровье.

«Здоровье—это состояние полного физического, психического, социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов». Выпадение хоть одной из этих структурных частей приводит к утрате целого.

Как укрепить и сохранить здоровье детей? Каким образом способствовать формированию физической культуры ребёнка? Как привить навыки здорового образа жизни? Кода это начинать? Как помочь подрастающему ребёнку реализовать своё право на здоровье и счастливую жизнь?

Слайд (7 лет)

Ответ волнует как педагогов, так и их родителей. Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении всей последующей жизни. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Вот почему, так важно сформировать привычку к здоровому образу жизни в дошкольном возрасте.

Каждый возрастной период характеризуется своими особенностями, которые следует учитывать в работе по формированию здорового образа жизни.

Дети младшего дошкольного возраста понимают, что такое болезнь, но дать самую элементарную характеристику здоровью ещё не могут.

В среднем дошкольном возрасте у детей формируется представление о здоровье как «не болели». Они рассказывают о том, как болели, у них проявляется негативное отношение к болезни на основании своего опыта. На вопрос, что нужно делать, чтобы не болеть, многие дети отвечают, нужно не простужаться, не есть на улице мороженого, не мочить ноги. Из этих ответов следует, что в среднем дошкольном возрасте дети начинают осознавать угрозы здоровью со стороны внешней среды (холодно, дождь, сквозняк), а также своих собственных действиях (есть мороженое, мочить ноги).

В старшем дошкольном возрасте, благодаря возрастанию личного опыта, отношение к здоровью существенно меняется. Дети начинают соотносить занятия физкультурой с укреплением здоровья и в его определении (как, собственно, и взрослые) на первое место ставят физическую составляющую. В этом возрасте дети, хотя ещё интуитивно, начинают выделять и психическую, и социальную компоненты здоровья («там все так кричали и у меня голова заболела»). При целенаправленном воспитании, обучении, закреплении в повседневной жизни правил гигиены, соответствующей мотивации занятий физкультурой отношение детей к своему здоровью существенно меняется. Сформированность отношения к здоровью как к величайшей ценности в жизни становится основой формирования у детей потребности в здоровом образе жизни.

Забота о здоровье ребёнка стала занимать во всём мире приоритетные позиции. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению детей. В детском саду ребёнок проживает треть своей дошкольной жизни. И эту жизнь его организуют сотрудники ДОУ. И от того, как она будет организована, зависит в немалой степени состояние здоровья детей. Педагоги ДОУ создают развивающую среду для детей. Для полноценного физического развития детей в нашем ДОУ созданы следующие условия:

\*спортивный и музыкальный залы

\*спортивная площадка, мини-стадион

\*двигательные уголки в группах

Нестандартное оборудование (мячи, обручи, мешочки с песком, лыжи, канаты, кегли). Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий. На территории детского сада оборудованы: спортивная, площадка для увеличения двигательной активности детей на прогулке.

Слайд (фото спортивный уголок))

В своей группе мы тоже оформили спортивный уголок, наполнили его соответствующими материалами для физического развития детей.

С помощью родителей были сделаны массажные дорожки, приобретены массажные мячи для профилактики плоскостопия и самомассажа.

**Слайд** (зарядка и физ.занятие)

Развитие интереса к разным видам спорта осуществляется через спортивную работу:

\*утренняя гимнастика и физ.занятия, проводит наш инструктор Л.В.

Что способствует….???

**Слайд** (гимнастика в кроватках)

Начиная с младшей группы мы проводим корригирующую гимнастику после сна в кроватках и закаливание в виде босохождения по массажным дорожкам

**Слайд** (массажные дорожки)

В течение дня используем различные виды здоровьесберегающих педагогических технологий.

Во время непосредственно образовательной деятельности мы проводим динамические паузы по мере утомляемости детей. С младшего возраста индивидуально, либо с подгруппой ежедневно проводим пальчиковую гимнастику в любой удобный отрезок времени.

**Слайд** (прогулка)

Обязательным оздоровительным моментом в работе является прогулка.

Игры на прогулке подбираем в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем их проведения. (пример)

Слайд

**Слайд** (фото больница, ОБЖ, игры)

Параллельно с физическим развитием идёт обучение детей основам культуры здоровья.

Валеологический материал органично включается в структуру НОД, способствуя расширению знаний детей о строении человека, влиянии физических упражнений на организм, о безопасности жизнедеятельности.

Беседа «Безопасность в группе».  
Цель: рассмотреть с детьми различные ситуации, обсудить, какие места в группе и предметы могут быть опасными. Формировать у детей основы культуры безопасности.  
• Сюжетно-ролевая игра «Больница»  
• Сюжетно-ролевая игра «Котенок Тимка заболел»  
Цель: учить детей в игре отражать знания о профессии врача, формировать у детей умение играть по собственному замыслу, стимулировать творческую активность детей в игре; воспитывать дружеские взаимоотношения в игре; использовать во время игры медицинские инструменты и называть их.

• Сюжетно-ролевая игра «Полезный завтрак»  
Цель: формировать у детей представления о полезных продуктах, формировать у детей умение играть по собственному замыслу, стимулировать творческую активность детей в игре.

**Образовательная область «Познавательное развитие»**  
• Экскурсия по детскому саду «Кто заботится о детях в детском саду».  
Цель: уточнить знания о работе сотрудников детского сада, закрепить названия профессий: воспитатель, помощник воспитателя, медсестра, прачка»; дать понятие о том, что все взрослые в детском саду заботятся, чтобы детям было весело и интересно, чтобы они были здоровыми.  
• Ситуативный разговор «Где живут витамины?»  
Цель: рассказать детям о витаминах в доступной форме и их пользе для здоровья, уточнить знания детей о полезных продуктах, их значении для здоровья.  
• Д/и «Угадай на вкус».  
Цель: закреплять знания об овощах и фруктах, умение определять их на вкус.  
• Рассматривание «Алгоритма умывания» при КГН  
Цель: формировать умение пользоваться алгоритмом при умывании, проговаривать действия.  
• Рассматривание картинок «Предметы личной гигиены»  
Цель: закреплять название и функции различных гигиенических предметов  
• Игра-лото «Здоровый малыш» (валеология)  
Цель: знакомить детей с правилами личной гигиены и правильным, бережным отношением к своему здоровью.  
• Лото «Овощи, фрукты и ягоды»  
Цель: закреплять знание названий овощей, фруктов и ягод; пополнять словарный запас детей; развивать память, концентрацию внимания.  
• Разрезные картинки «Способы закаливания»  
Цель: формировать представления о закаливающих мероприятиях; развивать эмоционально-положительное отношение к закаливающим процедурам.

**Образовательная область «Речевое развитие»**  
• Отгадывание загадок о гигиенических принадлежностях, о полезных и вредных продуктах.  
Цель: развивать воображение, мышление, речь; закреплять знания о пользе тех или иных продуктов.  
• Беседа: «Кто такие микробы и где они живут?»  
Цель: формировать осознанное отношение к необходимости вести здоровый образ жизни.  
• Беседа: «Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья»  
Цель: Знакомить детей с понятием «здоровье», «здоровый человек»; воспитывать желание быть здоровым, стремление к соблюдению режима и чистоты.  
• Д/И «4-й лишний» (овощи, фрукты, ягоды, посуда, предметы личной гигиены)  
Цель: развивать умение классифицировать предметы по существенному признаку, обобщать. Закреплять названия предметов и продуктов, полезных для здоровья.

• Рассматривание иллюстраций «Правила гигиены»  
Цель: формировать у детей навыки ответа на простые вопросы «Кто? Какой? Что делает?»; ознакомить детей с предметами личной гигиены; формировать привычку заботиться о чистоте рук и тела.  
• Чтение: А.Барто «Девочка чумазая», К. Чуковского «Мойдодыр», «Доктор Айболит», «Федорино горе», С.Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала», И.Демьянова «Замарашка», Н.Павловой «Света любит шоколадки…», Т.Тониной «Мамин фартук».  
• Проговаривание потешек во время КГН: «Водичка-водичка», «Мыли мылом ушки, мыли мылом ручки», «Давай-ка с тобой закаляться, холодной водой умываться!», «Носик, носик! Где ты, носик?», «Кран откройся! Нос, умойся!» «Доктор, доктор, как нам быть: уши мыть или не мыть?»

**Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»**  
• Аппликация «Витаминный компот».  
• Рисование «Огурцы в банке».

• Рисование по трафарету овощей и фруктов (карандашами, фломастерами)  
• Рассматривание иллюстраций к произведениям: «Мамин фартук», «Про девочку, которая плохо кушала», «Замарашка», «Света любит шоколадки…», «Девочка чумазая».

Безусловно, любая НОД включает элементы здоровьесберегающих педагогических технологий: дыхательную и пальчиковую гимнастики, психогимнастику, упражнения для релаксации.

**Взаимодействие ДОУ с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей:**

**Слайд (ни для кого не секрет)**

        Непременное условие успешной работы по здоровьесбережению и здоровьеобогащению дошкольников - активное взаимодействие педагогов с родителями воспитанников.

Детский сад и семья – вот две основные социальные структуры, которые главным образом определяют уровень здоровья ребенка.

        В своей работе кроме традиционных форм, таких как собрания, консультации, стараемся использовать и нетрадиционные формы организации общения с родителями (круглые столы).

Слайд (Фото семейный отдых, праздники, игры с родит)

        Важно, активно привлекать родителей к совместным мероприятиям с детьми: дни семейного отдыха, участие мам и пап в детских праздниках, где широко используем музыкальное сопровождение для повышения эмоционального настроя, подвижные игры, игры-эстафеты.

 Если воспитатели и родители будут взаимодействовать, то мы можем добиться полноценных результатов, сохраним молодое поколение здоровым.

Сотрудничество—самая приемлемая форма взаимодействия родителей и коллектива ДОУ. Это общение на равных, где никому не принадлежит привилегия указывать, оценивать, контролировать, что способствует поиску позитивных способов и форм общения, которые могут побудить партнёра к размышлению, сопереживанию.

Таким образом, необходимо с малых лет приобщать ребёнка в семейном и общественном воспитании к здоровому образу жизни, формировать у малыша навыки охраны личного здоровья и бережного отношения к здоровью окружающих. ПОДЧЕРКНУТЬ ПОМОЩЬ РОДИТЕЛЕЙ.

Использование указанных оздоровительных технологий проводим в игровом варианте: обучение и оздоровление происходит с лёгкостью, упражнения и оздоровительные техники остаются в памяти ребёнка надолго.

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровье сберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребёнка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и не осложнённое развитие.

Слайд(картотеки)

Думаю, что в каждой группе есть своя копилка упражнений, направленных на всестороннее развитие каждого ребенка и группы детей в целом.

Наша основная задача – сохранить и укрепить физическое и нервно-психическое развитие ребенка. Практическая работа по этим направлениям организуется с учетом возрастных особенностей детей, что позволяет повысить ее эффективность и оказать положительное влияние на состояние здоровья и динамику их физической подготовленности.