**План педсовета:**  
  
1. Выступление – обращение ст. воспитателя к участникам педсовета.  
2. Выступление воспитателя с докладом «Факторы риска нарушения здоровья в дошкольном возрасте».  
3. Разминка для участников педсовета.  
4. Выступление инструктора по физ. воспитанию с докладом «Профилактика нарушения осанки у детей дошкольного возраста».  
5. Выступление ст. воспитателя с докладом «Система работы с детьми по формированию представлений о ЗОЖ».  
6. Рефлексивно-ролевая игра «Что мешает ребёнку в нашем детском саду быть здоровыми».   
7. Рекламная пауза.  
8. Справка по результатам проверки «Оценка эффективности комплекса оздоровительных мероприятий МБДОУ» ст. воспитатель.  
9. Подведение итогов о работе коллектива на педсовете, выработка решений педсовета.  
  
**Ход педсовета:**  
  
**1.Вступительное слово ст. воспитателя:**  
  
Тема нашего сегодняшнего педсовета звучит так «Здоровая образовательная среда – здоровый ребёнок».   
Для начала я попрошу Вас ответить: для чего нужна работа по физкультурно-оздоровительному воспитанию в дошкольном учреждении? (Ответы педагогов)  
Действительно, дошкольный возраст специалисты считают самым критическим и наиболее подверженным различным влияниям в жизни ребёнка. В этот период ребёнок особенно чувствителен к формированию различных отклонений: как физических, так и психических. Характерны быстрый рост, ускорение развития, нарастание силы и подвижности нервных процессов, происходят глубинные перестройки в обмене веществ (это связано с максимальной частотой детских инфекций). Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторяемый на протяжении последующей жизни. Поэтому здоровью ребёнка – дошкольника следует уделять большое внимание.  
  
**2. Выступление воспитателя с докладом «Факторы риска нарушения здоровья в дошкольном возрасте».**  
  
Состояние здоровья детей в современной России позволяет говорить о настоящей «эпидемии» форм патологии, обусловленных обучением. Например, из каждой 1000 детей в процессе дошкольно -школьного воспитания и обучения нарушения осанки приобретают 500-600, близорукость – 400-500, отклонения в деятельности сердечно-сосудистой системы – 300-400 и т.д.  
Риск потери здоровья существенно возрастает в отношении детей по сравнению со взрослым населением в силу того, что те же самые факторы действуют на них в период интенсивного роста, развития и формирования всех систем организма.  
Первое место среди всех заболеваний имеет кариес. Заболевание кариесом нельзя рассматривать как незначительное нарушение здоровья, так как данный признак свидетельствует о наличии в организме ребёнка постоянного источника хронической инфекции. Этот фактор, как известно, отрицательно влияет на состояние иммунитета ребёнка, в свою очередь, неблагоприятно сказывается на всех проявлениях заболеваемости.   
Второе место в структуре морфофункциональных отклонений в течение всего дошкольного возраста занимают нарушения осанки и деформации свода стопы.  
Третье ранговое положение в структуре заболеваемости занимают болезни ЛОР - органов, на четвёртом месте находятся отклонения со стороны систем кровообращения: у дошкольников диагностируются систолический шум, нарушение сердечного ритма, тенденция к гипотонии.  
Следующее ранговое положение в структуре заболеваемости занимают нарушения органов чувств, к которым относятся зрение и слух.  
Нарушения функционирования органов зрения обусловлены многими причинами: генетическими, морфологическими, неврологическими, трофическими (питание) и функциональными. То же относится и к органам слуха.  
Таким образом, сниженный исходный уровень здоровья детей 6-7 лет, приступающих к систематическому обучению в школе, существенно ухудшает их возможности успешного получения образования.  
Многолетние исследования Института возрастной физиологии РАО позволили выявить следующие факторы риска для детей, которые негативно сказываются на их росте, развитии и здоровье:  
• преждевременное начало дошкольного систематического обучения;  
• несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;  
• функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;  
• массовая неграмотность родителей вопросах сохранения здоровья детей;  
• отсутствие системы работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.  
  
**3. Разминка.**  
*А)* Проблемные вопросы:  
• Какая пища может укреплять организм человека?  
• Что Вы можете сказать о работоспособности сутулого человека и стройного?  
• Какая связь существует между упражнениями для рук и речью ребёнка?  
• Какая может быть связь между физическими упражнениями и настроением?  
*Б)* Приведите пословицы и поговорки о физическом и психическом здоровье, высказывания известных людей.  
*В)* Подберите формы работы с родителями по проблеме: “Педагогическое сопровождение семьи в вопросах физического воспитания детей и повышение роли родителей в приобщении их к ЗОЖ” по разделам: просветительские формы и формы совместной деятельности.  
По Вашему мнению, какие формы взаимодействия наиболее действенны?  
Какие формы взаимодействия чаще всего используете Вы?  
  
  
**4. Выступление инструктора по физ. воспитанию с докладом «Профилактика нарушения осанки у детей дошкольного возраста».**  
Болезни позвоночника - одна из основных причин потери трудоспособности, ухудшения качества жизни и инвалидизации. Очень часто предрасполагающими факторами этой патологии являются различные нарушения осанки, проявляющиеся ещё в детском возрасте. Совершенно очевидна актуальность воспитания правильной осанки у детей, своевременное выявление нарушений и их активное устранение.  
Осанка человека не только сказывается на красоте его фигуры, всём внешнем облике, но и оказывает прямое влияние на его здоровье.  
При её ухудшении нарушается функция дыхания и кровообращения, затрудняется деятельность печени и кишечника, снижаются окислительные процессы, что ведёт к понижению физической и умственной работоспособности. Дефекты осанки часто вызывают нарушения зрения (астигматизм, близорукость) и морфо-функциональные изменения в позвоночнике, ведущие к сколиозам, кифозам и остеохондрозу.  
Дефекты осанки могут отрицательно влиять на состояние нервной системы. При этом маленькие дети становятся замкнутыми, раздражительными, капризными, беспокойными, чувствуют себя неловкими, стесняются принимать участие в играх сверстников. Дети постарше жалуются на боли в позвоночнике, которые возникают обычно после физических или статических нагрузок, на чувство онемения в межлопаточной области.  
Поскольку на рост и формирование осанки оказывают влияние условия окружающей среды, родители и сотрудники дошкольных учреждений, должны контролировать позы детей при сидении, стоянии, ходьбе.  
Важное значение имеют:  
• Своевременное правильное питание;  
• Свежий воздух;  
• Подбор мебели в соответствии с длиной тела;  
• Оптимальная освещённость;  
• Привычка правильно переносить тяжёлые предметы;  
• Привычка правильно сидеть за столом;  
• Расслаблять мышцы тела;  
• Следить за собственной походкой.  
Особенно портит осанку неправильная поза при письме, чтении, просмотра телевизора, играх на компьютере. Высота стола должна быть на 23 см выше локтя опущенной руки ребёнка. Высота стула не должна превышать в норме высоту голени. Если ноги не достают до пола, то следует подставить скамейку, чтобы ноги в тазобедренных и коленных суставах были согнуты под прямым углом. Садиться на стул нужно так, чтобы вплотную касаться спинки стула, сохраняя поясничный изгиб (лордоз). Расстояние между грудью и столом должно быть равно 1, 52 см (ребром проходит ладонь), голова слегка наклонена вперёд.  
Отрицательное влияние на формирование осанки оказывает излишне мягкая постель. Матрац должен быть жёстким (ватным) и обязательно ровным, таким, чтобы в середине его не образовывалось провала, а подушка - невысокой (15-17 см). Сон на мягкой постели с высоким изголовьем затрудняет дыхание.  
Следует проводить и профилактику плоскостопия, так как уплощение стопы нарушает опорную функцию ног, что сопровождается изменением костного скелета таза и позвоночника. Упражнения для профилактики плоскостопия проводятся в начале и в конце комплекса оздоровительной гимнастики.  
 **5. «Система работы с детьми по формированию представлений о ЗОЖ» (ст. воспитатель)**  
  
Система работы с детьми предполагает различные формы, средства методы формирования представлений о ЗОЖ. Основными формами работы являются непосредственная образовательная деятельность, досуги, режимные моменты, спортивные соревнования и праздники.  
На *занятиях по ознакомлению с окружающим миром* формируют представления детей о человеке как живом существе, его организме и здоровье; об образе жизни человека и зависимости здоровья от образа жизни; о влиянии различных факторов на здоровье и образ жизни человека.  
На *занятиях по ознакомлению с окружающим миром экологической направленности* формируют представления дошкольников об условиях, необходимых человеку для жизни; о взаимосвязи здоровья человека и окружающей среды.   
*Занятия по физической культуре* способствуют формированию потребности в двигательной деятельности, совершенствованию техники основных движений, развитию психофизических качеств, закреплению навыков выполнения общеразвивающих и спортивных упражнений, развитию интереса к спортивным и подвижным играм.   
*Воспитание культурно-гигиенических навыков* предусматривает формирование привычки правильно умываться, вытираться, ухаживать за полостью рта, пользоваться носовым платком, правильно вести себя при кашле и чихании.  
*Досуги* способствуют созданию условий эмоционального восприятия детьми сведений о ЗОЖ, закреплению полученных представлений и их систематизации.  
Знакомству дошкольников с различными факторами окружающей среды, оказывающими влияние на ЗОЖ, способствует *театрализованная деятельность* с участием педагогов, детей и их родителей.   
Использование театрализованной деятельности детей и взрослых в учебных проблемных ситуациях позволяет активизировать выбор детьми решений, соответствующих ЗОЖ, своевременно реагировать на проявления негативного поведения дошкольников в повседневной жизни.  
*Режимные моменты* используют для формирования и закрепления у детей санитарно-гигиенических навыков, опыта закаливания.  
Например, во время выполнения санитарно-гигиенических мероприятий создают игровые ситуации «Белые перчатки», «Чистые ладошки скрипят — спасибо говорят» и др. При этом обращают внимание детей на качество выполнения мероприятий и поощряют потребность в них.   
При *организации прогулок* следует предусмотреть проведение с дошкольниками оздоровительных мероприятий — игр с водой, световоздушных и солнечных ванн в теплое время года; подвижных игр, занятий физической культурой.  
Средствами формирования представлений о здоровом образе жизни у дошкольников являются дидактические и сюжетно-ролевые игры, художественная литература, продуктивная и предметно-практическая деятельность.  
В сюжетно-ролевых играх «Больница», «Семья» следует формировать у дошкольников поведение, способствующее ЗОЖ, на основе представлений о значении для здоровья проветривания помещения, его влажной уборки, стирки одежды и постельного белья, ограничения времени просмотра телевизионных передач и игр за компьютером, использования для профилактики заболеваний закаливающих мероприятий, санитарно-гигиенических процедур.  
Детская художественная литература способствует развитию познавательного интереса к человеку, его здоровью и ЗОЖ. Можно организовать выставку детской литературы «Здоровье и здоровый образ жизни». В процессе подготовки к выставке детей знакомят с художественными произведениями по теме ЗОЖ, обсуждают их содержание, разучивают стихотворения, загадки. На открытие выставки можно пригласить родителей.   
Для формирования представлений дошкольников о ЗОЖ используют наглядные, словесные и практические методы.  
Наглядные методы включают наблюдения, демонстрацию, просмотр видеоматериалов, иллюстраций, выставки работ по изобразительной деятельности.  
Демонстрация предполагает показ способов действия в ситуациях, направленных на укрепление здоровья и формирование практических навыков ЗОЖ.  
Расширяет арсенал средств воздействия при формировании представлений о ЗОЖ наглядная агитация в виде плакатов по тематике ЗОЖ, изготовленных в процессе совместной деятельности детей и взрослых.  
Словесные методы включают рассказы педагога, беседы, объяснения, методы проблемного обучения.  
Рассказы и беседы следует направить на сообщение дошкольникам необходимых сведений о здоровье и ЗОЖ, уточнение и систематизацию имеющихся представлений. Беседы можно сопровождать опытами и наблюдениями детей.  
Объяснения проводят с целью разъяснения влияния различных факторов окружающей среды на здоровье, для установления взаимосвязи между различными проявлениями ЗОЖ и здоровьем, так как дошкольники часто затрудняются самостоятельно устанавливать причинно-следственные связи между явлениями повседневной жизни, в том числе между здоровьем и образом жизни.  
Практические методы включают опыты, упражнения, предметно-практическую деятельность, продуктивную деятельность детей. Например, опыты с водой способствуют формированию представлений о свойствах воды растворять различные вещества и поэтому не всегда быть чистой и пригодной для питья. Опытным путем с помощью влажных ватных дисков дети легко установят, что во время игр с песком, работы на огороде руки становятся грязными.  
Для закрепления представлений детей о здоровье и ЗОЖ используют приемы, предусматривающие постановку ребёнка в позицию субъекта деятельности в ситуациях «Маленький учитель», «Совет по телефону», «Приход Тимоши».  
  
**6. Рефлексивно-ролевая игра «Что мешает ребёнку в нашем детском саду быть здоровыми».**  
  
Мы сознательно поставили вопрос о негативных воздействиях на ребёнка в детском саду, так как начинать необходимо с тех причин, на последствия которых мы можем повлиять, не затрагивая глобальные: неблагоприятную экологию, наследственную предрасположенность и пр.  
Участники игры объединяются в следующие группы:  
«Воспитатели»  
«Родители»  
«Администрация»  
«Специалисты»  
Участникам каждой группы необходимо в письменном виде определить те причины, которые с их точки зрения, мешают ребёнку, посещающему наш детский сад, быть здоровым (в письменном виде).  
В каждой группе выбирается по 2 педагога, которые примут участие в разработке примерной программы действий на основе вышеизложенных наработок групп.  
  
**7. Рекламная пауза.**  
  
Выходят на сцену Красная Шапочка и её бабушка. Между ними происходит такой диалог:  
- Бабушка, бабушка, почем у тебя такое морщинистое лицо?  
- Это потому что я не любила умываться по утрам и вечерам, моя внученька.  
- Бабушка, а почему у тебя такие желтые зубы?  
- Потому, что я их не чистила и курила, как и твой дедушка.  
- Бабушка, бабушка, почему у тебя такие тусклые глаза?  
- Потому что я не любила есть морковь, моя внученька.  
- Бабушка, бабушка, а почему ты вся дрожишь и медленно ходишь?  
- Это потому, моя деточка, что по утрам я никогда не делала зарядку.  
  
Голос за кадром: Если не хочешь, чтобы тебя постигла учесть бабушки, веди здоровый образ жизни!!!!  
  
**8. Справка по результатам проверки «Оценка эффективности комплекса оздоровительных мероприятий МБДОУ» (ст. воспитатель).**  
  
  
**9. Подведение итогов о работе коллектива на педсовете, выработка решений педсовета.**