**Консультация для воспитателей,**

**работающих с детьми раннего возраста (2–3 года)**

**«Ясли- это серьезно!»**

**Составила:**

**Воспитатель Бурнашева Е.Н.**

В настоящее время в нашей стране происходит **возрождение** системы общественного **воспитания детей раннего возраста**. Существенно повысился приток маленьких детей в дошкольные учреждения. Рассмотрим актуальные вопросы здоровьесбережения малышей в условиях ДОУ.

Здоровье – бесценный дар. Потеряв его в молодости, не найдешь до самой старости. Так гласит народная мудрость.

Дети- самое ценное, что есть в жизни. А их здоровье- одна из самых наиважнейших составляющих благополучия семьи и общества. В настоящее время в условиях неблагоприятной экологической обстановки, неустойчивых социальных условий, росте внутрисемейной напряженности, проблема здоровья детей является особенно актуальной. Усилия **работников** ДОУ сегодня как никогда направлены на оздоровление ребенка. Неслучайно именно задачи по формированию здорового поколения являются приоритетными в программе модернизации российского образования.

Средством решения этих задач являются здоровьесберегающие технологии, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада. Здоровьесберегающая технология-это система мер, направленная на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка.

Я **работаю с детьми раннего возраста**. Это период, когда закладывается фундамент здоровья. В. М. Бехтерев говорил: «Недостаточно внимательное отношение к **возрасту** первого детства отражается губительно на всей жизни человека…»

С момента поступления ребенка в **ясли**, я строю совместную **работу с родителями**, чтобы помочь детям быстро и безболезненно адаптироваться. Самым первым шагом на пути формирования эмоционального благополучия является сбор информации об индивидуальных особенностях малыша и составление на основе этой информации рекомендаций для родителей. Обсуждаются вопросы, наиболее значимые для **воспитания и развития детей раннего возраста**: уход за ребенком, формирование культурно-гигиенических навыков, развитие речи, игры с **детьми**.

Понимая значимость **работы по формированию**, укреплению и сохранению здоровья малышей я целенаправленно **работаю** над созданием благоприятного здоровьесберегающего пространства. Прежде всего-это спокойный, доброжелательный психологический климат. Я разговариваю с **детьми негромким голосом**, использую в своей речи стихи, песенки, потешки. Например, встречая утром плачущего ребенка, можно с улыбкой произнести слова потешки *«Это что тут за рев?»* Настроение ребенка, как правило, меняется в лучшую сторону. Положительный эмоциональный настрой важен для общего физического состояния детей.

**Ранний возраст** характеризуется обостренной чувствительностью к разлуке с мамой и страхом новизны, поэтому адаптация может проходить крайне болезненно. Понимая это, я стараюсь так организовать этот период, чтобы как можно меньше травмировать ребенка.

Для создания эмоциональной комфортности и позитивного психического самочувствия, я использую сказкотерапию. Правильно подобрав сказку, можно решить многие проблемы ребенка: побороть страхи и капризы, развить волю и смелость. Занятия провожу в различной форме: чтение, рассказывание, показ на фланелеграфе, вместе с **детьми** слушаем сказки на магнитофоне. Для небольших инсценировок использую специально **подобранную** коллекцию мягких игрушек *«Мои маленькие друзья.»*

Большое внимание уделяю созданию предметно-развивающей среды. Учитывая то, что ведущая деятельность детей **раннего возраста предметная**, большая часть пространства насыщена дидактической игрушкой. Я помогаю детям научиться выполнять действия с этими игрушками.

Наличие в помещении подвесных фигурок, бабочек, птичек, сердечек, создает атмосферу в которой постоянно что-то движется и меняется. Это не только украшает и делает необычным помещение, но и помогает в непринужденной форме делать с **детьми** гимнастику для глаз и дыхательную гимнастику. Я предлагаю детям найти глазками определенную фигурку и подуть на нее.

Много времени и сил приходится уделять формированию у детей культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания. Это позволяет **воспитывать такие качества**, как опрятность, аккуратность, соблюдение чистоты и порядка, навыков культуры еды, как неотъемлемой части культуры поведения.

У нас очень уютная группа. Мебель ярких, но не раздражающих тонов подобрана по росту детей. Игрушки и пособия из экологичных материалов. Природные цвета стен успокаивают.

В раздевалке группы мы ежедневно вывешиваем меню, осуществляем индивидуальный подход к детям – аллергикам.

Необходимо создать в группе такую здоровьесберегающую среду, которая способствует гармоничному и всестороннему развитию детей **раннего возраста**, и. вместе с тем, обеспечивает им возможность сохранения здоровья.

Принципы оздоровления детей **раннего возраста**

1. Оптимизация режима

Игровая деятельность, сон, питание, прогулка, совместная и самостоятельная деятельность должны сменять друг друга с наиболее целесообразной последовательностью.

Каждое утро у нас начинается с гимнастики. Веселая музыка создает бодрое настроение, развивает координацию движений. Я использую аудиопособия из серии *«Музыка с мамой»* *(Авторы Сергей и Екатерина Железновы)*.

Кинезиология *(пальчиковые игры)* обеспечивает развитие моторики, внимания, памяти, мышления. Каждое занятие имеет свое название проводится в течении нескольких минут, два-три раза в день. Малыши быстро запоминают несложные стишки, сопровождающие движения пальчиков. Например:

На лужок пришли зайчата,

Медвежата, борсучата,

Лягушата и енот

На зеленый на лужок

Приходи и ты, дружок!

(При перечислении животных, сгибать пальцы на обеих руках поочередно. На последние строчки помахать ладонями по направлению к себе.)

Обязательные ежедневные прогулки утром и вечером в любое время **года** за исключением особо неблагоприятных погодных условий. А когда дети находятся на улице, в группе проводится кварцевание, проветривание, влажная уборка.

Обязательный дневной сон как один из периодов отдыха организма. Учитывая советы педиатров, мы отказались от больших подушек. т. к. в **раннем возрасте** сон на ровной поверхности является наиболее физиологичным Дети спят на плоских подушках, которые просто обозначают место для головы. Перед сном можно не громко включить магнитофон с записями классических колыбельных песен или русских народных сказок. А чтобы пробуждение было приятным, уделяю немного времени бодрящей гимнастике. Делать ее можно прямо в кроватке или на коврике.

2. Организация двигательного режима

Проведение с **детьми раннего возраста** физкультурных занятий два раза в неделю способствует не только физическому развитию малышей, но и формирует у них жизненно необходимые в различных видах деятельности двигательные умения и навыки.

Важнейшим ежедневным занятием являются подвижные игры. В них используются знакомые детям основные движения: ходьба, бег в одном направлении, бег врасспыную, прыжки. Трудно переоценить пользу подвижных игр для малышей. Во время активного движения активизируются дыхание, кровообращение и обменные процессы в организме. В одну и ту же игру можно играть несколько раз подряд, в зависимости от настроения детей, но не более 10-15 минут. Знакомые всем игры, такие, как *«Птички в гнездышках»*, *«У медведя во бору.»*, *«Солнышко и дождик»* очень нравятся детям. .Проводятся они в конце прогулки.

3. Закаливание с учетом состояния ребенка

Цель закаливания-**выработать** способность организма быстро изменять **работу** органов и систем в связи с постоянно изменяющейся внешней средой.

К закаливанию относится

1. Правильный подбор одежды ребенка по сезону является одним из звеньев профилактики простудных заболеваний. Зачастую родители кутают своих малышей. Я объясняю им, что их действия ошибочны. так как у таких детей не формируется стойкость иммунной системы. Следует помнить, что ребенка нужно одевать так же, как себя.

2. Поддержание нормальной температуры воздуха в помещении *(младшая группа+19 +20градусов)*

3. Мытье рук, умывание.

4. Воздушные ванны после дневного сна, хождение босиком

4. Питание детей

Согласно составленному меню, дети получают полноценное витаминизированное питание, что является для них источником энергии и роста. В меню включены соки, фрукты Мы вводим в рацион питания детей лук. чеснок, лимон.

В **раннем возрасте** решающее значение для правильного, всестороннего развития ребенка имеет состояние его здоровья. Здоровый малыш, если его правильно **воспитывать эмоционален**, ест с аппетитом, деятелен.

Вырастить здорового и развитого ребенка можно только тогда, когда есть возможность действовать с любовью, вниманием и терпением, действовать чутко и творчески. Справиться с этой нелегкой задачей мне помогает любовь к детям и знание их **возрастных особенностей**.