***Семья и детский сад – это те социальные структуры, которые в основном и определяют уровень здоровья ребёнка.***

Здоровье детей зависит не только от особенностей их физического состояния, но и от условий жизни в семье, санитарной и гигиенической культуры родителей, социально-экологической ситуации в стране.

**СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ ПО ОХРАНЕ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ.**

Посмотрите внимательно на свою квартиру, двор, в котором играют дети, с точки зрения безопасности их здоровья.

Укрепите качели, отремонтируйте другие игры, установленные во дворе. Вместе с другими жильцами определите площадки для игр детей, удалённые от движения транспорта, не разрешайте детям разжигать во дворах костры, стрелять из ракетниц и т.п.

Объясните им, что это может привести к травме.

Не разрешайте детям играть с бродячими животными, объясните, что это может привести к серьёзным заболеваниям.

Научите ребёнка, как вести себя с посторонними людьми.

Запретите ему брать от них лакомства и угощения, заходить в чужие квартиры, подвалы и т.п.

Разъясните ребёнку, что не будет ничего страшного, если он под угрозой отдаст свои вещи. Дети часто боятся, что их за это будут ругать дома.

Ребёнок должен быть искренним с вами, относится к вам с доверием, и вы будете знать обо всём, что с ним происходит.

Воспитатель Алексеева О.Н.

ГБДОУ № 20 Василеостровского р-на

**ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ОЗДОРОВЛЕНИЮ ДЕТЕЙ.**

По мнению учёных, ***дошкольный возраст*** относится к так называемым ***критическим*** периодам жизни ребёнка.

Задача укрепления здоровья детей является необходимым условием их всестороннего развития и обеспечения нормальной жизнедеятельности растущего организма.

Чтобы ***сохранить и улучшить здоровье*** ребёнка в один из самых ответственных периодов жизни, ***необходима*** каждодневная работа в семье и дошкольном образовательном учреждении.

***Здоровыми*** детьми считаются те, кто жизнерадостен, активен, любознателен, чей организм устойчив к патологическим и экстремальным воздействиям внешней среды, вынослив, имеет высокий уровень физического и умственного развития.

*Социальный анамнез*. Возраст родителей (он позволяет спрогнозировать стратегию взаимодействия с семьёй) - до 25 лет (*превалирует решение карьерных вопросов, личных проблем, в то* *время как воспитание ребёнка находится на втором плане*);

- старше 25 лет (*родители, как правило, целиком «отдают себя» ребёнку, его интересам и потребности занимают доминантное положение в иерархии* *потребностей семьи*);

- образование и профессия (*позволяют определить социальный статус семьи* *и возможный уровень материального благополучия*);

- состав семьи (*говорит об участии в воспитательном процессе ребёнка* *бабушек, дедушек, а также о наличии в семье других детей*)

Анализ биологического и социального анамнеза развития ребёнка позволяет оценить физическое развитие (*нормальное или с отклонениями*), оценить нервно-психическое развитие (*нормальное или с отклонениями*), дать характеристику устойчивости к острым инфекционным заболеваниям (*часто болеющий или нет*).

При оценке учитывается количество ОРВИ за год, предшествующий осмотр, хронические заболевания.