**Тема: «Безопасность и здоровье наших воспитанников»**

**Подготовила: *инструктор по ФК МБДОУ «Детский сад «Чебурашка», Скорогудаева Светлана Ивановна*.**

Хорошее здоровье, полученное в детстве, служит фундаментом для общего развития человека. Поэтому правильное физическое воспитание детей – одна из ведущих задач дошкольного учреждения.

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека.

Именно в это время закладываются основы здоровья, правильного физического развития, происходит становление двигательных способностей, формируется интерес к физической культуре и спорту, воспитываются личностные, морально-волевые и поведенческие качества.

Жизнь и здоровье ребенка – важнейший приоритет для каждого человека. Одним из условий является обеспечение безопасности, создание условий, в которых минимизированы риски травм и заболеваний.

В концепции дошкольного воспитания решению проблем, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, отводится ведущее место. Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей - одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно – правовыми документами, как:

* Закон РФ «Об образовании» (ст 51)
* «О санитарно – эпидемиологическом благополучии населения».

 А так же Указами Президента России:

* «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ».
* «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в РФ».

Человек – высшее творение природы. Но для того чтобы наслаждаться ее сокровищами, он должен отвечать, по крайней мере, одному, но очень важному требованию: быть здоровым!

Каждый из вас слышал такую фразу: «Здоровье за деньги не купишь» и начинает ее осознавать лишь тогда, когда заболеет. Из всех ценностей, сопровождающих человека в течение его жизни, здоровье оказывается самой главной ценностью. Как научиться быть здоровым всю жизнь? Ведь только здоровый человек ведет полноценную жизнь. Только здорового ребенка можно полноценно развивать.

А что же такое «здоровье»?

К настоящему времени в науке сложилось более 79 понятий «здоровье». Оказалось, не так просто дать ему исчерпывающее определение. Рассмотрим .

* Здоровье – это нормальная функция организма на всех уровнях его организации.
* Здоровье – это динамическое равновесие организма и его функций с окружающей средой.
* Здоровье – это способность организма приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям существования в окружающей среде, способность поддерживать постоянство внутренней среды организма, обеспечивая нормальную и разностороннюю жизнедеятельность, сохранение живого начала в организме.
* Здоровье – это отсутствие болезни, болезненных состояний, болезненных изменений.
* Здоровье – это способность к полноценному выполнению основных социальных функций.

Здоровье – это полное физическое, духовное, умственное и социальное благополучие.

 В последнее время учеными доказано, что здоровье человека на 50 – 55% зависит от собственного образа жизни, на 20 – 25% - от окружающей среды, на 16 – 20% - от наследственности и на 10 – 15% - от уровня развития здравоохранения в стране.

Нельзя улучшить свою наследственность и лично повлиять на уровень здравоохранения, нельзя значительно изменить экологические условия своего существования, но образ жизни, который человек выбирает, целиком зависит от него самого.

Что такое безопасность?

**Безопасность** – это не только обучение детей основам здорового образа жизни, не только осторожное и правильное поведение детей в тех или иных ситуациях. А так же и безопасность образовательного процесса, а именно:

**Безопасная среда** – закрепленные шкафы, стеллажи; отсутствие ядовитых и колючих растений; безопасное расположение растений в группе; оборудование помещений, где находятся дети, соблюдая меры противопожарной безопасности.

**Правильное хранение различных материалов, медикаментов** – ножницы, иголки находятся в недоступном для детей месте, соответствуют требованиям; лекарства находятся только в аптечке, аптечка в недоступном для детей месте; моющие средства находятся так же в недоступном для детей месте.

**Мебель, подобранная по росту детей; маркировка мебели.**

**Маркировка постельного белья и полотенец.**

**Правильное освещение.**

Неслучайно эти два термина, здоровье и безопасность, объединены воедино. Невозможно иметь здоровых детей, если они будут подвергаться опасности, как с физической стороны, так и психической.

Как обеспечить безопасность и здоровье наших воспитанников?

* Дать необходимые знания детям об общепринятых нормах безопасного поведения.
* Научить детей действовать осознанно в сложившейся обстановке (элементарные правила поведения) : дома, на улице, в парке, в транспорте.
* Развивать у дошкольников самостоятельность и ответственность.

В нашем детском саду уделяется большое внимание формированию основ безопасности жизнедеятельности.

Ежедневно проводятся:

* Беседы;
* Тематические занятия;
* Сюжетно – ролевые игры;
* Ознакомление с художественной литературой;
* Целевые прогулки;
* Развлечения;

В целях предупреждения детского дорожно-транспортного травматизма и формирования культуры безопасного поведения участников дорожного движения, соблюдения правил дорожного движения детьми проводятся мероприятия по Правилам дорожного движения.

Воспитать у дошкольников осознанное отношение к своему здоровью нелегко.

Нашей задачей является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения, формирование у них элементарных знаний о человеческом организме и бережном отношении к своему здоровью.

 Эти задачи отражены в государственном стандарте дошкольного воспитания и обучения. В нем говорится:

«Здоровьесберегающая компетентность позволит заботиться о своем физическом здоровье и соблюдать правила безопасности жизнедеятельности; владеть двигательными навыками, социального отношения к своему здоровью, понимание того, что здоровье – главная ценность дарованная человеку природой, развитие двигательной активности и формированию физических качеств».

**Существует 10 золотых правил здоровьесбережения*.***

 Соблюдайте режим дня!

 Обращайте больше внимания на питание!

 Больше двигайтесь!

 Спите в прохладной комнате!

 Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!

 Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!

 Гоните прочь уныние и хандру!

 Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!

 Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!

 Желайте себе и окружающим только добра!

 *(*Это касается всех нас, не только детей)

Содержание образовательной работы по формированию осознанного отношения к своему здоровью реализуется по всем направлениям программы и равномерно распределено в структуре режимных моментов.

Все это осуществляется ежедневно через:
- непосредственно организованную деятельность;
- организацию игр;
- общение.

- художественно – речевую деятельность;
- изобразительную деятельность;
- познавательно – практическую деятельность;
- максимальное использование наглядности.

Таким образом, чтобы наши дети в детском саду были здоровы, необходимо их научить безопасности в современных условиях, осознанному отношению к своему здоровью, т.е. адаптировать детей к тем условиям, что их может ожидать или непременно будет ожидать. И, конечно, же, необходимо воспитывать потребность детей к здоровому образу жизни, научить их правильно относиться к своему здоровью.