

## Охрана жизни и здоровья детей в ДОУ

Чтоб здоровье раздобыть,  
Не надо далеко ходить.  
Нужно нам самим стараться,  
И всё будет получаться.

В образовательном учреждении строго соблюдаются правила и меры безопасности жизни и здоровья детей.

Охрану жизни и здоровья детей в ДОУ ежедневно контролируют воспитатели, медсестра, завхоз, заведующий.

В ДОУ существуют определенные правила охраны жизни и здоровья детей:

- систематически проводятся технические осмотры помещения, соблюдаются правила пожарной безопасности.

- Все продукты, употребляемые детьми в пищу, приготовлены с соблюдением санитарных правил.

- Все опасные предметы находятся вне зоны досягаемости для детей. - Для проведения деятельности, где используются ножницы, выдаются ножницы с затупленными концами, только под руководством и надзором воспитателя.

- Также в целях охраны здоровья детей в ДОУ приводятся в порядок и участок, на котором дети гуляют.

- Все игровые снаряды находятся в исправности.

- Во время зимы все здания и постройки очищаются от снега, все дорожки обрабатываются от гололёда, по мере необходимости, песком.

- О наличии заболеваний воспитатели сразу сообщают медицинскому работнику.

- Помещения, в которых находятся дети, ежедневно убираются и проветриваются.

Воспитатели групп не только обучают детей и развивают их умственные способности, но и следят за тем, чтобы здоровье детей в ДОУ не пострадало, а наоборот окрепло и улучшилось.

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед ДОУ и педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения.

Формирование здорового образа жизни начинается уже в нашем детском саду.

Вся жизнедеятельность ребёнка в дошкольном учреждении направлена на сохранение и укрепление здоровья.

Основой являются еженедельная организованная образовательная деятельность, партнерская совместная деятельность педагога и ребенка в течение дня, взаимодействие с семьями воспитанников.

Целью оздоровительной работы в ДОУ является создание устойчивой мотивации потребности в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих. Поэтому так важно правильно сконструировать содержание воспитательно-образовательного процесса по всем направлениям развития ребенка, отобрать современные программы,

обеспечивающие приобщение к ценностям, и прежде всего, – к ценностям здорового образа жизни.

Основные компоненты здорового образа жизни:

- Рациональный режим.
- Правильное питание.
- Рациональная двигательная активность
- Закаливание организма.
- Сохранение стабильного психоэмоционального состояния.

При проведении режимных процессов ДООУ придерживается следующих правил:

1 Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (во сне, питании, прогулке и др.).

2 Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.

3 Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах

4 Формирование культурно-гигиенических навыков.

5 Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.

6 Учёт потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.

Рациональный режим - он стабильный, и вместе с тем, динамичный для постоянного обеспечения адаптации ребёнка к изменяющимся условиям внешней социальной и биологической среды.

В детском возрасте особенно велика роль питания, когда формируется пищевой стереотип, закладываются типологические особенности взрослого человека.

Именно поэтому от правильно организованного питания в детском возрасте во многом зависит состояние здоровья.

Основные принципы рационального питания:

1 Обеспечение баланса

2 Удовлетворение потребностей организма в основных питательных веществах, витаминах и минералах.

3 Соблюдение режима питания.

Рациональное питание детей является одним из основных факторов внешней среды, определяющих нормальное развитие ребенка. Оно оказывает самое непосредственное влияние на жизнедеятельность, рост, состояние здоровья ребёнка, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям.

Культура здоровья и культура движения – два взаимосвязанных компонента в жизни ребёнка.

Активная двигательная деятельность, помимо положительного воздействия на здоровье и физическое развитие, обеспечивает психоэмоциональный комфорт ребенка.

Двигательная культура дошкольников начинается с формирования структуры естественных движений и развития двигательных способностей, создания условий для

творческого освоения детьми эталонов движения в различных ситуациях, формирования двигательного воображения, способности эмоционально переживать движения.

Основными условиями формирования двигательной культуры являются:

1 Воспитание у детей осознанного отношения к выполнению двигательных действий.

2 Развитие воображения при выполнении двигательных действий.

3 Включение сенсорных систем при воспитании двигательной культуры.

4 Создание оптимальных условий для каждого ребёнка в процессе освоения двигательного опыта.

Охрана и укрепление здоровья, воспитание привычки к здоровому образу жизни являются первостепенной задачей. Для этого в ДОО организовывается разносторонняя интегрированная деятельность, направленная на сохранение здоровья детей, реализуется комплекс воспитательно-образовательных, оздоровительных и лечебнопрофилактических мероприятий по разным возрастным ступеням.

Реализация данного направления обеспечивается:

- направленностью воспитательно-образовательного процесса на физическое развитие дошкольников и их валеологическое образование (как приоритетное направление в работе дошкольного учреждения);

- комплексом оздоровительных мероприятий в режиме дня в зависимости от времени года;

- созданием оптимальных педагогических условий пребывания детей в ДОО;

- формированием подходов к взаимодействию с семьёй и развитием социального партнерства.

Планомерное сохранение и развитие здоровья осуществляется по нескольким направлениям:

- Лечебно-профилактическое (профилактика заболеваний, национальный календарь профилактических прививок, витаминизация и др.).

- Обеспечение психологической безопасности личности ребенка (психологически комфортная организация режимных моментов, оптимальный двигательный режим, правильное распределение физических и интеллектуальных нагрузок, использование приемов релаксации в режиме дня, применение необходимых средств и методов: элементы аутотренинга, психогимнастика, музыкотерапия).

- Оздоровительная направленность воспитательно-образовательного процесса (учет гигиенических требований к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения, создание условий для оздоровительных режимов, валеологизация образовательного пространства для детей, бережное отношение к нервной системе ребенка: учет его индивидуальных способностей и интересов; предоставление свободы выбора, создание условий для самореализации; ориентация на зону ближайшего развития ребенка и т.п.)

- Формирование валеологической культуры ребенка, основ валеологического сознания (знания о здоровье, умение беречь, поддерживать и сохранять его, воспитание осознанного отношения к здоровью и жизни).