

Безопасность и здоровье наших детей

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

В.А. Сухомлинский.

Искусство долго жить состоит, прежде всего, в том, чтобы научиться с детства следить за своим здоровьем. То, что упущено в детстве, трудно наверстать. Поэтому приоритетным направлением в дошкольном воспитании, сегодня является повышение уровня здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни (ЗОЖ), а также устойчивой потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями. Сяурис Н.Н.

Известно, что здоровье – один из важнейших компонентов человеческого благополучия и счастья, одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны. В Конвенции по правам ребёнка прописаны его законные права – право на здоровый рост и развитие.

Под культурой здоровья понимается общая способность и готовность личности ребёнка к деятельности по охране и укреплению здоровья, основанных на знаниях и опыте, которые приобретены в образовательном процессе ДОУ.

Компетентность здоровьесбережения включает совокупность взаимосвязанных качеств личности (знаний, умений, навыков, способов деятельности), задаваемых по отношению к здоровью и необходимых для качественной продуктивной деятельности по его сбережению. Это позволяет целенаправленно формировать культуру здоровья, основанную на осознании социальной ценности здоровья личности, идее ответственного отношения каждого субъекта образовательного процесса к своему здоровью.

Тема моего сообщения «Безопасность и здоровье наших детей». Неслучайно эти два термина объединены воедино. Невозможно иметь здоровых детей, если они будут подвергаться опасности, как с физической стороны, так и психической. По данным отечественных и зарубежных исследователей, 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.

Дошкольный период является наиболее благоприятным для формирования здорового образа жизни. Осознание ребенком своего "Я", правильное отношение к миру, окружающим людям — все это зависит от того насколько добросовестно, с любовью, грамотно воспитатель строит свою работу.

Здоровый образ жизни — это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, дети могут оказаться в неожиданных ситуациях на улице и дома, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности. Все, чему мы учим детей, они должны применять в реальной жизни. Особое внимание следует уделять следующим компонентам ЗОЖ:

- занятия физкультурой, прогулки
 - рациональное питание, соблюдение правил личной гигиены: закаливание, создание условий для полноценного сна
 - дружелюбное отношение друг к другу, развитие умения слушать и говорить, умения отличать ложь от правды
 - бережное отношение к окружающей среде, к природе
 - медицинское воспитание, своевременное посещение врача, выполнение различных рекомендаций, прохождение медосмотра детей ежегодно
- формирование понятия "не вреди себе сам"

Микросреда дошкольного учреждения должна отвечать не только санитарно-гигиеническим требованиям. Она должна отвечать требованиям гигиены нервной системы, психологической безопасности, гигиены социальных отношений. Важно, например, не только то, что детей в соответствующее по режиму время укладывают спать, а то, как это делают, каким образом обеспечивают глубокий, здоровый сон, воспитатели практикуют спать и играть с применением фитотерапии, ароматерапии, ионизации воздуха серебром.

Роль педагога в детском саду состоит в организации педагогического процесса, сберегающего здоровье ребёнка и воспитывающего ценностное

отношение к здоровью. В ходе совместной деятельности с детьми педагог, обеспечивает восхождение дошкольника к культуре здоровья.

На базе детского сада созданы все условия для полноценного физического развития и оздоровления детей. Создана необходимая макро и микросреда. В детском саду функционируют спортивный зал, физкультурная площадка, музыкальный зал. Для развития физических качеств, формирования двигательных умений и навыков, воспитанию потребности в самостоятельных занятиях физическими упражнениями в каждой группе оборудованы физкультурные уголки: в них есть все необходимое физкультурное оборудование для самостоятельной двигательной деятельности детей, атрибуты для подвижных игр, физкультурное оборудование для гимнастики после сна, оборудования для индивидуальной профилактической работы с детьми.

В «уголках здоровья» накоплен богатый материал: дидактические игры и пособия по культуре поведения, ведению здорового образа жизни, рациональному питанию, соблюдению правил безопасного поведения и правил личной гигиены. Дети самостоятельно и под руководством воспитателя получают элементарные знания и навыки по формированию своего здоровья.

В систему работы с детьми входит и активное использование технологии обучения здоровому образу жизни. Обучение идет через все виды деятельности ребенка во время пребывания его в дошкольном учреждении. Формы организации обучения: занятия (уроки здоровья), игры, игровые ситуации, беседы, театрализованные представления, чтение художественной литературы, рисование. Педагоги знакомят детей с комплексом упражнений «Здоровый ребенок», целью которого является профилактика простудных заболеваний, плоскостопия и нарушений осанки.

Инструктором по физической культуре проводятся физкультурные занятия, на которых решаются оздоровительные, развивающие и воспитательные задачи. Педагогом по физкультуре на занятиях активно используется музыкальное сопровождение, игровые и проблемные методы обучения. Широкий спектр физкультурного оборудования способствует развитию интереса к занятиям, укреплению своего здоровья.

Большое значение уделяется организации полноценного дневного сна. Для засыпания детей используются различные методические приемы: колыбельные песенки, слушание классической музыки и сказок. После дневного отдыха проводится гимнастика после сна в сочетании с профилактическими процедурами и массажем. Вечернее время предназначено для снятия утомления. Поэтому больше включается

мероприятий на расслабление: минутки шалости, радости, минутки музыка- и смехотерапии, сказкотерапии.

Безопасность - это не только обучение детей основам здорового образа жизни, не только осторожное и правильное поведение детей в тех или иных ситуациях. А также и безопасность образовательного процесса, а именно: безопасная среда (закреплённые 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 полотенца. Правильное освещение.

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 также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в РФ».

В период дошкольного возраста ребенок знакомится с большим количеством правил, норм, предостережений, требований. Однако ему трудно представить степень их значимости.

Определяя основное содержание и направления в развитии детей, необходимо определить ряд правил, которые дети должны выполнять неукоснительно, так как от этого зависит их здоровье и безопасность. Эти правила следует подробно разъяснять детям и следить за их выполнением.

В соответствии с современными психолого-педагогическими ориентирами работа по воспитанию основ безопасности жизнедеятельности составлена по разделам:

- ребенок и другие люди;
- ребенок и природа;
- ребенок дома;

- ребенок на улицах города.

Раннее включение ребенка в ситуации осознанного проживания опасных ситуаций, вооружение необходимыми знаниями по распознаванию опасности и умениями выйти из нее с наименьшим вредом для себя и своего здоровья и в конечном результате помогут сберечь жизнь и здоровье маленьких граждан России.

Реализация важнейших положений Концепции, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, активизировала поиск новых технологий физкультурно-оздоровительной работы, оценки состояния здоровья и физического развития детей. Большую работу в этом направлении провели такие известные в сфере дошкольного образования учёные, как Л.А.Парамонова, Т.И.Алиева, О.М.Дьяченко, В.Г.Алямовская и многие другие. Благодаря их исследованиям, а также обобщению опыта практической деятельности регионов Управлением дошкольного образования Министерства образования Российской Федерации, создано программно-методическое обеспечение для профильных дошкольных учреждений, реализующих оздоровительные программы

Можно сказать, физкультурно-оздоровительная среда нашего детского сада наполнена естественной комфортабельной обстановкой, рационально организована и насыщена разнообразным оборудованием и материалом.

Помните! Наличие здорового будущего завтра – это постоянная забота о физическом, психологическом и социальном благополучии ребенка сегодня!

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. Поэтому нам необходимо выполнять следующие задачи: развивать осознанное отношение к своему здоровью; формировать потребности в здоровом образе жизни; продолжать создавать условия для охраны жизни и укрепления здоровья детей.