

## **Здоровье, безопасность, повседневный уход**

*Здоровье* детей дошкольного возраста включает характеристики психического и физического развития, адаптационные возможности детского организма, социальную активность. Все эти характеристики вместе формируют определенный уровень физической и умственной работоспособности. Таким образом, оценивать общее состояние дошкольника нужно исходя из следующих направлений:

эмоциональное здоровье, развитие движений, психическое развитие и здоровье, уровень адаптационных возможностей и физическое здоровье.

Все эти направления устанавливают соответствие детей дошкольного возраста необходимым нормам. В детском саду делается все, что необходимо для обеспечения санитарно-гигиенических условий для оздоровления детей. Все дети нуждаются в правильном режиме, физических упражнениях и закаливании.

В фундаменте здоровья важную роль играют активный двигательный режим и физические упражнения, занятия физкультурой, или каким-либо видом спорта. В детском саду создаются все условия для того, чтобы дети занимались физкультурой, укрепляли свое здоровье, на занятиях применяются упражнения для осанки, плоскостопия, упражнения для дыхательной системы, опорно-двигательного аппарата.

Для того, чтобы дети выросли здоровыми, необходимо придерживаться следующих принципов: прежде всего, это правильное питание, занятия физической культурой, закаливание, поддержание психического здоровья, правильный режим дня и регулярные врачебные осмотры.

*Безопасность образовательной деятельности* обеспечивается в детском саду через:

- безопасную среду (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, иглы 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

К перечисленным принципам можно еще отнести соблюдение правил осторожности на улице и дома.