**[Статья](https://razvitum.ru/articles/download/files/publications/download_Zhandarova.docx) «Здоровьесбережение: из опыта работы»**

Подготовили:

воспитатели высшей квалификационной категории МКДОУ д/с №440 комбинированного вида

Чупахина Марина Александровна

Чалова Оксана Сергеевна

Родители, приводя каждый день своего ещё несмышлёного ребёнка в детский сад, доверяют нам. Ведь именно мы проводим большую часть времени с ним и именно мы должны научить и вложить в него все знания, умения и навыки, особенно, что касается жизни и здоровья. Детский сад – это единое целое, где каждый несет ответственность за доверенного нам ребенка. Ежедневно жизнь доказывает нам необходимость обучения не только взрослых, но и детей основам безопасности жизнедеятельности, так как в стремительно развивающемся мире, ребенок старается каждый день познавать что-нибудь новое, экспериментировать, пользоваться различными гаджетами. Поэтому именно в детском саду нужно сформировать у ребёнка сознательное и ответственное отношение к личной безопасности, безопасности окружающих его людей, донести как правильно действовать в тех или иных ситуациях. Эти задачи должны стоять на первом месте как перед родителями, так и перед воспитателями дошкольных образовательных учреждений. Ведь ребенок, если его не предостеречь, будь то в группе, на прогулке, на спортивной площадке может нанести вред своему здоровью. А когда ребенок выходит за ворота детского сада, ответственность вроде бы перекладывается на родителей, но нет… Многие родители не хотят элементарные правила ПДД соблюдать. Все куда-то торопятся, спешат. И очень не хочется, чтобы ребенок следовал их примеру, очень не хочется, чтобы он пренебрегал элементарными правилами безопасности. Попробовать избежать этого можно, нужно лишь ежедневно и целенаправленно учить детей основам безопасности их жизни и жизни окружающих их людей.

Дошколенок познает все только через игру, поэтому, обучая его, основной упор делаем на использование различных игр: дидактических, сюжетно-ролевых, а также театрализация и различные спортивные мероприятия.

Все родители, конечно, любят своих детей. Но любовь не всегда ведает, что творит. Одни родители слишком опекают своего малыша, мешая ему учиться предчувствовать и оценивать опасность, другие, напротив, предоставляют ребенку неограниченную свободу, с которой он еще не может справиться. Истина, как всегда, посередине: нужно воспитывать и уверенность в своих силах, и осторожность. При этом логика – плохой помощник: дошкольник не умеет выстраивать причинно – следственные связи. Лучше всего действовать через игру. Нужно учиться самим и научить родителей наблюдать за ребенком в ходе любого взаимодействия с малышом – видеть не только как он играет, с кем, какой он милый и обаятельный, но и замечать, что происходит в его организме. Физическое здоровье ребенка формируют в этом возрасте взрослые.

Родители не должны думать постоянно о том, что ребенок все еще маленький, что дальше с легкостью все еще можно будет исправить. Нет, это не так, поправить – да, но изменить полностью – нет. Все, что мы пытаемся сделать сейчас, будет заметно особенно в подростковом возрасте.

Очень важно постоянно наблюдать за детьми:

- когда он одевается или переодевается, особенно после физических нагрузок и после сна;

- в то время когда ребенок спит или играет один;

- особенно важна осанка, обращайте внимание как сидит, ходит;

- очень важный показатель - зрение, нередко детки щурятся, часто моргают, нам кажется, что ребенок играет, но за этим могут скрываться большие проблемы со здоровьем;

-если вам кажется, что ребенок игнорирует вас, попробуйте за ним хорошенько понаблюдать;

- следите за состоянием нервной системы

- как дышит (через нос или рот) тихое его дыхание или его слышно

Ребенок сам не может определить, что ему вредно, а что полезно, заметить, что в нем изменилось. Это как раз задача для нас – взрослых!

Таким образом, воспитание безопасности – непрерывный, систематический, последовательный процесс, начинающийся в раннем возрасте. Именно тогда закладывается фундамент жизненных ориентировок в окружающем мире. Все что ребенок усвоит в детстве, будь то детский сад или дом, прочно останется у него навсегда и будет закрепляться дальше в школе.