Консультация для родителей «Безопасность и здоровье наших детей»

**Мария Талабаева**
Консультация для родителей «Безопасность и здоровье наших детей»

Главная ценность человеческой жизни - **здоровье и безопасность наших детей**.

Как обеспечить **безопасность и здоровый образ жизни наших детей**?

Существуют определенные правила поведения в различных жизненных ситуациях, которые следует детям разъяснить. Научить **детей адекватно**, осознанно действовать в той или иной ситуации, помочь дошкольникам овладеть элементарными навыками поведения дома, на улице, в транспорте. Развивать у дошкольников самостоятельность и ответственность. Научить ребенка объяснить собственное поведение. Если он сможет объяснить, как вел себя, хорошо это или плохо, почему это с ним случилось и что при этом он чувствует (страх, чувство стыда и т. д., тогда он лучше может понять, что он делает не так.

Ребенок, который может объяснить, что с ним происходит, помогает нам, взрослым, лучше понять его, а значит снимает многие проблемы и неприятности. Решение задач обеспечения **безопасного**, **здорового**образа жизни возможно лишь при постоянном общении взрослого с ребенком на равных: вместе ищем выход из трудного положения, вместе обсуждаем проблему, ведем диалог, вместе познаем, делаем открытие, удивляемся. Взрослые должны уметь убедить **детей**соблюдать элементарные правила **безопасности**, которые ждут везде, в том числе и дома.

Дома:

Порядок в доме нужен не только для красоты, но и для **безопасности**. Если оставить на не положенном месте острые, колюще-режущие предметы, они могут стать причиной серьезной травмы.

Электрические приборы, если с ним не правильно обращаться могут

стать причиной пожара или ударить током.

Чтобы пальчик или гвоздик

Вдруг в розетку не совать,

-Электричество опасно

-Это каждый должен знать.

Нужно помнить самим и говорить детям, что уходя из дома нужно выключать свет, утюг, телевизор и все остальные электроприборы. Нельзя тянуть электрический провод, а аккуратно вынимать из розетки за штепсель. Нельзя подходить к оголенным проводам и дотрагиваться до них. Ничего не совать в розетку и не дотрагиваться металлическими предметами *(ножницы, вилки, шпильки)* до включенных электроприборов. Напоминать детям о том, что баловаться со спичками, зажигалками, бенгальским огнем с зажженной свечой, дома нельзя!

Огонь из доброго слуги человека, может превращаться в сурового судью беспечности людей. Поэтому, каждый человек должен быть внимателен в обращении с огнем.

Пословицы и поговорки.

Огонь, не вода - охватит, не выплывешь.

Огонь не вода - пожитки не всплывают.

Не подкладывай к огню соломы, не поджигай, так и не горит.

От искры сыр-бор загорается, от искры Москва загорелась.

Правила поведения при возникновении пожара.

1. По возможности попытаться нужно потушить пожар.

2. Позвонить по телефону - 01, сообщить о пожаре, назвать свой домашний адрес.

3. Сообщить о пожаре соседям и немедленно покинуть помещение, выключив газ и электроприборы.

4. В задымленном помещение дышать через влажную ткань и передвигаться прогнувшись или ползком.

5. Не прятаться под кровать и убегать в другую комнату.

- Ребенок и другие люди. Нужно помнить дошкольникам, что брать вещи общаться с незнакомыми людьми не **безопасно**.

- Ребенок и природа. Не трогать не знакомые растения, не гладить не знакомых собак, кошек, не ходить по тонкому льду, не купаться в незнакомых водоемах без присутствия взрослых и т. д.

- **Здоровье ребенка**

- Эмоциональное благополучие ребенка

- Ребенок на улицах города

Дети должны знать, что **здоровье** - это одна из главных ценностей жизни.

Каждый ребенок должен быть сильным, бодрым, энергичным. Каждый должен думать о своем **здоровье**, заботиться о нем, знать своё тело, не вредить своему организму.

Малышей обязательно надо знакомить с устройством тела человека.

Они должны знать: где находятся руки, ноги, голова, туловище, грудная, клетка и т. д.

Наше тело устроено так,что мы занимаем вертикальное положение:

голова вверху *(в самом надежном и****безопасном месте****)*;

Руки на полпути *(удобно пользоваться вверху и внизу)*;

Ноги - длинные и крепкие, удерживают и передвигают все тело, опорой служат ступни.

Посередине туловища расположен замечательный механизм, который помогает нам жить - сердце, защищенное грудной клеткой. Очень важно сформировать умение чутко прислушиваться к своему организму,чтобы помогать ему ритмично работать вовремя реагировать на сигналы: *«Хочу спать»*, *«Хочу есть»*, *«Хочу на улице гулять»* и т. д. Поэтому важно выполнять все режимные моменты.

В своей работе мы используем различные формы организации физической активности: утренняя гимнастика, физкультурные занятия, физические упражнения после сна, физминутки, подвижные игры в помещении и на воздухе, спортивные игры и развлечения, дни **здоровья**.

Все это необходимо для **здорового** образа жизни и формирования у **детей правил безопасного поведения**.

Физическое воспитание является важным средством развития личности, ценностей и установок.

Поэтому необходимо формировать у **детей ценностей здорового образа жизни**, развивать представление о полезности, целесообразности физической активности и личной гигиены.

Для формирования ценностей **здорового**образа жизни детям необходимо рассказывать о значении профилактики заболеваний: разных видах закаливаний, дыхательной гимнастики, воздушных и солнечных ваннах, физиотерапии, массаже. Очень важно помнить, как свежий воздух, солнце и вода, ветер помогают при закаливании организма.

Также необходимо формировать у **детей**навыки личной гигиены: мыть руки с мылом, чистить зубы, полоскать рот, причесываться.

Правила личной гигиены приносят большую пользу его организму, помогаю и сохранить и укрепить **здоровье**.

**Здоровье**ребенка включает такие вопросы:

- **здоровье**, главная ценность человеческой жизни;

- изучаем свой организм;

- прислушиваемся к своему организму;

- ценности **здорового образа жизни**;

- о профилактике заболеваний;

- навыки личной гигиены;

- забота о **здоровье окружающих**;

- поговорим о болезнях;

- инфекционные болезни;

- врачи **наши друзья**;

- о роли лекарств и витаминов;

- правила первой помощи.

Все эти вопросы и все чему мы учим **детей**, должны уметь применять в реальной жизни.

+❤ В Мои закладки