**Общая информация Здоровье, безопасность, повседневный уход**

Целью оздоровительной работы в ДОУ является создание устойчивой мотивации потребности в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих.

Задачи:

- укреплять здоровье детей;

- воспитывать потребности в здоровом образе жизни;

-развивать физические качества и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка;

- создавать условия для реализации потребности в двигательной активности в повседневной жизни;

- выявлять интересы, склонности и способности детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы;

- формировать основы валеологической культуры ребенка.

Основные компоненты здорового образа жизни:

- Рациональный режим.

- Правильное питание.

- Рациональная двигательная активность.

- Закаливание организма.

- Сохранение стабильного психоэмоционального состояния.

Планомерное сохранение и развитие здоровья необходимо осуществлять по нескольким направлениям.

Лечебно-профилактическое направление (профилактика заболеваний, национальный календарь профилактических прививок, витаминизация и др.). Оздоровительная направленность воспитательно-образовательного процесса (учет гигиенических требований к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения, создание условий для оздоровительных режимов)

Формирование валеологической культуры ребенка, основ валелогического сознания (знания о здоровье, умение сберегать поддерживать и сохранять его, воспитание осознанного отношения к здоровью и жизни.

Существуют определенные правила охраны жизни и здоровья детей:

- проведение систематически технических осмотров помещений и участков,

- соблюдение правил пожарной безопасности,

- соблюдение санитарных правил в приготовлении пищи детям,

- соблюдение правил работы с ножницами.