**Формирование основ безопасной физической культуры в жизнедеятельности дошкольников.**

Кузнецовa Мария Сергеевнa

инструктор по физической культуре

МДОУ «Детский сaд комбинированного видa №10 «Дюймовочкa».

666302, Иркутскaя область, г. Саянск м-он Солнечный 22, 8395535-45-75.

666302, Иркутскaя область, г. Саянск, м-он Центральный дом 4 кв 23, [eleele66@mail.ru](mailto:eleele66@mail.ru) 89500788805.

В современном обществе понятие «безопасность» рассматривается как предупреждение об опасности.

Почему же так важно сформировать у каждого ребенка основные навыки безопасного поведения? Попытаюсь ответить на данный вопрос.

В наши дни приходится чаще говорить о правилах безопасности в окружающей среде. К сожалению, на сегодняшний день, существует проблема недостаточного внимания к правилам безопасности, а также к созданию условий, которая может привести к серьезным различным травмам. Поэтому, для профилактики травматизма необходимо детям напоминать о правильности выполнения упражнений, о соблюдение правил в игре и уважение к своим товарищам.

Таким образом, здоровьесбережения воспитанников является одним из ключевых направлений физического воспитания.

Работа по физическому воспитанию начинается с формирования навыка к соблюдению режима дня, меры предосторожности, умение оценивать собственные возможности по преодолению угрозы.

Здоровьесбережения и здоровьеобогащение – важнейшее условие организации детей педагогического процесса в дошкольном учреждении.

Это отражено в ФГОС ДО и одна из задач, которых следующая: « …. охрана и укрепление физического и психического, в том числе их эмоционального благополучия».

«Физическое развитие» включает приобретение опытa в…..становлении ценностей здорового образа жизни, овладении его элементарными нормами и правилами…»

Поэтому, занятия, которые проводятся в форме подвижных игр или упражнений из других видов спорта, необходимо создать такие условия, которые обеспечивают охрану здоровья детей.

Так, в спортивном зале и на спортплощадке, всё оборудование надежно закреплено, пособия, предметы установлены и размещены устойчиво, исключая возможность падения, они расположены на высоте уровня груди и ниже.

Влажная уборка и проветривание проводится после каждого занятия согласно графику. Инвентарь обрабатывается ежедневно специальным дезинфицирующим средством. Освещение - установлено согласно санитарно-гигиеническим нормам.

Очень важно соблюдать требования к оборудованию, к методике руководствa физкультурной деятельностью.

*Требования к спортивному оборудованию:*

* соответствует возрастным показателям дошкольников;
* используются только исправные, безопасные предметы;
* запрещается использование оборудования, инвентаря, предназначенного для воспитателя или инструктора;
* доступность, содержатся в аккуратном, исправном состоянии.

*Требования к методике руководства физкультурной деятельностью:*

* обеспечение правильного показа при обучении детей основным упражнениям и разным видам движениям;
* без разрешения инструктора на занятиях не должны использовать спортивные предметы;
* запрещено нахождение в спортивном зале или на спортплощадке без присмотра инструктора или воспитателя. Инструктор организует вход и выход детей из спортивного зала;
* во время спортивного занятия инструктор рационально организует образовательную деятельность так, чтобы в поле его зрения находились все дошкольники;
* контролирование за соблюдением дистанции между детьми во время выполнения упражнений с предметами (гимнастические палки, обручи, мячи, скакалки), сохранение правильной позы, осанки, не допускает их переутомления.
* при появлении признаков переутомления дает возможность ребенку отдохнуть, либо перейти на более спокойные упражнения для нормализации физиологического дыхания, тонуса мышц;
* обязательное проговаривание правил поведения на занятии по физической культуре;
* обеспечение контроля над выполнением физических упражнений.

Для реализации задач физического воспитания педагоги должны знать содержание и требования, формы работы с детьми. Творческой группой детского сада был разработан образовательный блок «Физкульт-Ура».

Инновацией данного блока является разработка проекта: «Тропинки безопасности». В основе, которого создана система работы, которая включает в себя необходимую теоретическую и практическую подготовку для педагогического сообщества.

Цель данного проекта является создание оптимальных условий для повышения уровня здоровья воспитанников, посредством формирование основ безопасной физической культуры.

Где рассматриваются для инструктора общие требования правил безопасности, при проведении физических упражнений:

- правильные и четкие выполнения движений, команд и распоряжений;

- предупреждение и исправление ошибок;

- оказание медпомощи детям и обеспечение страховки во время занятий;

- использование различных упражнений в момент переутомления на занятиях;

-осуществление наблюдение за самочувствием детей, их вниманием, интересом к занятиям, активностью, дисциплинированностью;

*-* допуск детей, прошедших медицинский осмотр;

*Общие требования к спортивной форме для воспитанников:*

- спортивная форма должна быть удобной, комфортной, чистой, не стесняющей движения ребенка, хранится в специальном мешке;

- футболка, шорты и носочки должны быть из х/б ткани, футболка одевается на голый торс;

- обувь должна быть не скользкой (на резиновой подошве);

- вся спортивная одежда должна быть сменной и не использоваться ребенком в качестве повседневной;

В спортивном зале находится медицинская аптечка с необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой медицинской помощи. Занятия при неисправности спортивного оборудования прекращаются.

*Требования безопасности перед началом занятий по физической культуре:*

- помещение физкультурного зала обязательно проветривается;

- осмотр детей на наличие спортивной одежды и обуви с прорезиненной подошвой;

- проверка исправности и надежности установки спортивного оборудования;

- проведение обязательной физической разминки под музыкально-ритмическое сопровождение;

*Требования безопасности во время занятий по физической культуре:*

- начало и окончание выполнения упражнений, только по команде или по сигналу педагога.

- соблюдение установленных режимов занятий и отдыха, дисциплины.

Все физические упражнения выполняются под музыкально-ритмическую музыку, а также может быть проговаривание различных потешек и стихов.

На неисправных спортивных снарядах и оборудовании, при падении на скользком грунте или твердом покрытии, во время прыжков в длину или в высоту при неподготовленной прыжковой яме, при нахождении в зоне броска во время спортивных соревнований по метанию, при проведении соревнований без разминки, у детей возможны различные травмы.

Данный проект также направлен на профилактику правильной осанки, плоскостопия, а также на профилактику детского травматизма. На занятиях по физической культуре и педагоги организуют с воспитанниками систематическую работу, через беседы «Правила поведения на занятии по физкультуре», «Зачем нужно соблюдать требования безопасности?», провожу игры «Правильно - неправильно», «Пирамида здоровья», просмотр мультфильмов «Внимание! Опасный момент», «Окажи помощь».

В календарно-тематический план по реализации образовательной области «Физическое развитие» включила комплексные занятия «Безопасная физкультура», где рассматриваем такие темы как: «Физическая безопасность на физкультурных занятиях», «О правильном режиме дня», «Правила поведения на воде», «Не безопасные зимние забавы», «Правила доктора Неболейко».

Таким образом, чтобы предотвратить травмы на занятиях, необходимо соблюдать правила безопасности, требования к методике физического воспитания, соблюдать санитарно-гигиенические условия.

В рамках «Родительского университета» для родителей провела консультации и мастер-классы на тему: «Польза физкультурных упражнений для малышей», «Как правильно выполнить утреннюю гимнастику», «Главные правила занятия спортом».

Таким образом, за последние три года в дошкольном учреждении не было зафиксированы случаи травматизма воспитанников.

Подводя итог вышесказанному, хочу отметить, что только комплексным и системно-деятельностным подходом, в приобретение навыков безопасного поведения дошкольников, позволяет решить проблему в формировании основ безопасной физической культуры в жизнедеятельности дошкольников.

Литература:

1. Белая К.Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников. Мозаика-синтез, 2016 г.
2. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду/ Под ред. Яковлевой Т.С..
3. Савельева Н.Ю Организация оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях. – Ростов на Дону.,2005г.
4. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Гном-Пресс, 2000г.
5. Громова О.Н. Музыкальные бульки. Комплекс дыхательных упражнений с музыкальным сопровождением и иллюстрациями.- Гном-Пресс, 1997г.
6. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твое здоровье. Укрепление организма - СПб.,2000г.