

Представление о ЗОЖ и ОБЖ у дошкольников

Консультация для воспитателей

Первая задача, которую выполняет воспитатель в детском саду – это охрана жизни и здоровья детей. «Безопасность и здоровье наших детей». Неслучайно эти два термина объединены воедино. Невозможно иметь здоровых детей, если они будут подвергаться опасности, как с физической стороны, так и психической. По данным отечественных и зарубежных исследователей, здоровье человека на 50 - 55% зависит от собственного образа жизни, на 20 - 25% - от окружающей среды, на 16 - 20% - от наследственности и на 10 - 15% - от уровня развития здравоохранения в стране. Нельзя улучшить свою наследственность и лично повлиять на уровень здравоохранения, нельзя значительно изменить экологические условия своего существования, но образ жизни, который человек выбирает, целиком зависит от него самого.

Роль педагога ДОУ состоит в организации педагогического процесса, берегающего здоровье ребёнка дошкольного возраста, воспитывающего ценностное отношение к здоровью и прививающего навыки безопасного поведения.

Проблема защиты от опасностей возникла одновременно с появлением человека на земле. Многие правила безопасности формулировались, когда люди пытались защититься от диких зверей и природных явлений. Со временем изменились условия жизни человека, изменились и правила безопасности жизнедеятельности. Теперь они связаны с интенсивным движением транспорта на улицах, развитой сетью коммуникаций, большим скоплением людей, технизацией жилища.

Дошкольный возраст – важнейший период, когда формируется личность и закладываются прочные основы опыта жизнедеятельности, здорового образа жизни. Малыш по своим физиологическим особенностям не может самостоятельно определить всю меру опасности своего существования. Детям нужно разумно помогать избегать повреждений, ведь невозможно все время водить их за руку, удерживать возле себя. Необходимо воспитывать привычку правильно пользоваться предметами быта, учить общаться с животными, объяснить как вести себя во дворе, на улице и дома. Нужно привить детям навыки поведения в ситуациях, чреватых получением травм, формировать у них представление о наиболее типичных, часто встречающихся ситуациях. Опыт детства во многом определяет взрослую жизнь человека.

Несформированность у детей качеств основ безопасности жизнедеятельности и здорового образа жизни требует осмысленного подхода в применении различных форм и методов воспитательной работы, использование и усиление воспитательной роли занятий, игр, социума в образовательном процессе.

До введения ФГОС понятие безопасности жизнедеятельности в ДОУ ранее включало в себя следующие аспекты:

- Охрана жизни и здоровья детей
- Обеспечение безопасных условий труда сотрудников ДОУ

После введения ФГОС современный мир изменил подход к проблеме безопасности, в нее вошли и такие понятия, как экологическая катастрофа и терроризм.

Возможно, именно поэтому в ФГОС ДО к структуре ООП ДО выделили отдельными образовательными областями «Здоровье» и «Безопасность». Напомню содержание этих областей:

«Здоровье» - образовательная область, направленная на сохранение и укрепление здоровья детей, и воспитание культурно-гигиенических навыков.

ОО «Здоровье» у нас не входит в сетку непосредственной образовательной деятельности, но ее задачи должны выполняться в ОД, в режимных моментах, в течение всего дня. Так как один из основных принципов ФГОС ДО является интегрирование, хочется отметить с чем интегрируется ОО «Здоровье». Это:

- «Физическая культура» - Развитие физических качеств и накопление двигательного опыта как важнейшее условие сохранения и укрепления здоровья детей
- «Познание» - Формирование целостной картины мира, расширение кругозора о здоровье и здоровом образе жизни
- «Социализация» - Соблюдение элементарных общепринятых норм и правил поведения в части здорового образа жизни
- «Коммуникация» - Развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья и здорового образа жизни человека
- «Безопасность» - Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности, в том числе и здоровья

«Безопасность» - образовательная область, направленная на формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности, основ экологического сознания (безопасности окружающего мира) и интеллектуальных и личностных качеств.

Эта ОО интегрируется со следующими областями:

- «Коммуникация» - Развитие свободного общения в процессе освоения способов безопасного поведения, оказание помощи себе и другому, правил поведения в стандартных опасных ситуациях, в части формирования основ экологического сознания
- «Труд» - Формирование представлений и освоение способов безопасного поведения, основ экологического сознания в процессе трудовой деятельности)
- «Познание» - Расширение кругозора в части представления о возможных опасностях, способах их избегания
- «Социализация» - Формирование первичных представлений о себе, гендерных особенностях, семье, социуме и государстве
- «Здоровье» - Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека

Определить, правильно или неправильно ведет себя человек в тех или иных обстоятельствах, очень сложно. Ведь даже открытый конфликт ребенка с взрослым или сверстником в некоторых случаях можно оценить положительно - как стремление отстоять себя, отстоять право на свое мнение, на поступок. Работа по ознакомлению с ОБЖ и здоровым образом жизни дошкольников рассчитана на решение этой проблемы. Новизна данной работы заключается в создании организованной образовательной деятельности по основам безопасности жизнедеятельности и здорового образа жизни для детей дошкольного возраста в детском саду. Работа по обеспечению безопасности жизнедеятельности строится на основе программы Н.Н. Авдеевой, О.Л. Князевой, Р.Б. Стеркиной «Основы безопасности детей дошкольного возраста», методических пособий К.Ю. Белой «Как обеспечить безопасность дошкольника», собственных наблюдений, опыта работы с дошкольниками и соответствует требованиям программы М.А. Васильевой «Воспитание и обучение детей дошкольного возраста», которая реализуется в нашем учреждении.

После проведенной работы планируется, что дети должны

знать:

- о значении природного окружения для здоровья человека, правила безопасного поведения, пути и средства укрепления здоровья;
- как устроен человек;
- источники возможной опасности и опасные ситуации, которые могут возникнуть дома;
- опасные ситуации, которые могут возникнуть при контактах с незнакомыми людьми;
- правила дорожного движения;
- правила безопасного поведения на улицах и дорогах, где можно и где нельзя играть;
- правила безопасного поведения при возникновении пожара в доме;
- влияние на здоровье человека температуры окружающего воздуха и погодных условий (ветер, дождь, снег).
- чистый воздух, его значение для здоровья человека, причины загрязнения воздуха;
- правила безопасного поведения в парках, скверах, в лесу;
- как могут быть опасны животные и насекомые, правила безопасного поведения при контакте с ними;

уметь:

- общаться со сверстниками и взрослыми;
- соблюдать навыки личной гигиены, ухаживать за своим телом (полостью рта, руками, ногами), одеждой (устранять при небольшой помощи взрослых беспорядок в одежде);
- безопасно общаться с незнакомыми людьми на улице, в подъезде дома, по телефону;
- оказать посильную медицинскую помощь при порезах, ожогах, укусах насекомых;
- правильно переходить дорогу, перекресток; различать сигналы светофора; называть дорожные знаки «Пешеходный переход», «Дети», «Остановка»;
- общественного транспорта», «Подземный пешеходный переход», «Пункт медицинской помощи», «Пункт питания»;
- действовать правильно в случае опасности в доме;
- правильно вести себя в парках, скверах, в лесу, а также при встрече с животными и насекомыми (пчелами, осами):
- вызвать службы «101», «102», «103».

При реализации этих целей и задач обязательно **соблюдается возрастной принцип.**

Каждый возрастной период включает в себя перспективный план организованной образовательной деятельности.

Обучение навыкам безопасного поведения дошкольников и приобщение их к здоровому образу жизни можно разделить на два периода. Первый — это дети 3—5 лет (младшая и средняя группа), второй — дети 5—7 лет (старшая и подготовительная группа).

Первый период — это период впитывания и накопления знаний. В этом возрасте у детей наблюдается повышенная восприимчивость, впечатлительность, любознательность. Осуществление работы с детьми данного возрастного периода должно быть направлено на накопление первичных знаний об опасностях и поведения в опасных ситуациях. Ребёнок 4—5 лет уже должен знать адрес своего места жительства, по возможности номер телефона и, что немаловажно, уметь по телефону разговаривать, коротко и точно сообщить необходимую информацию.

Говоря о втором периоде, то есть о детях 5—7 лет, следует сказать об изменении психологической позиции детей в этом возрасте: они впервые начинают ощущать себя старшими среди других детей в детском саду, а это в свою очередь свидетельствует о том, что такие дети уже могут осознанно отвечать за свои поступки, контролировать своё поведение, а также других детей и людей в целом. Работа с такими детьми должна быть направлена на закрепление и систематизацию полученных знаний во время первого возрастного периода, а также применением этих знаний в повседневной жизни.

Организованная образовательная деятельность условно разделена на подразделы:

- «Изучаем свое тело»
- «Безопасность дома»
- «Безопасность на природе»
- «Безопасность на улице и дороге»
- «Социально-эмоциональное развитие»

Одно и то же содержание по теме используется для работы в разных возрастных группах с большим или меньшим наполнением и подбираются методы, соответствующие возрастным особенностям.

Методы ознакомления детей с основами безопасности.

1. Метод сравнения. Дети могут сравнить: огонь это хорошо или огонь это плохо.
2. Метод обыгрывания ситуаций дает ребенку практические умения применить полученные знания на деле и развивает мышление, воображение и готовит ребенка к умению выбраться из экстремальных ситуаций в жизни.
3. Метод повторения. От детей требуется умение повторить то, что они усвоили.
4. Экспериментирование и опыты дают ребенку возможность самостоятельно находить решение, подтверждение или опровержение собственных представлений
5. Игровые приемы. Повышают качество усвоения познавательного материала и способствуют закреплению чувств.

Приемы ознакомления детей с основами безопасности и здорового образа жизни.

1. Беседы с детьми, примеры из личного опыта и пример правильного безопасного поведения окружающих взрослых вносят необходимую коррекцию.
2. Чтение художественной литературы *Особенность дошкольников такова, что они не любят строгие назидания, нравоучения и предупреждения. Более эффективный способ воздействия на них – художественное слово. Оно активизирует детскую память, внимание, представления. С различными явлениями и ситуациями, которые выходят за границы их собственного опыта, дети знакомятся через загадки, стихотворения, поговорки, сказки, рассказы.. Можно использовать примеры из знакомых сказок и литературных произведений (например, злая мачеха посылает свою служанку, которая прикинулась доброй старушкой и дала царевне отравленное яблоко в "Сказке о мертвой царевне и о семи богатырях" А. С. Пушкина. Золушка была одета в лохмотья, испачкана сажей и золой, но была доброй. Чудище в "Аленьком цветочке" оказалось добрым заколдованным принцем). Примеры безопасного поведения литературных героев дети вначале с помощью воспитателя,*

а затем самостоятельно переносят в свои игры, изобразительную деятельность, спортивные соревнования

3. Работа с дидактическим материалом.
4. Игры малой подвижности – создана картотека игр по формированию здорового образа жизни
- 5 Изобразительная деятельность
- 6 Рассматривание иллюстраций, разбор конкретных поступков и ситуаций, презентации, просмотр мультфильмов, прослушивание аудиосказок
- 7 Экскурсии, наблюдения, эксперименты, опыты.
- 8 Наиболее эффективной формой ознакомления дошкольников с основами безопасности является игра. *Разнообразные по содержанию и форме игры вводят ребёнка в круг реальных жизненных явлений, обеспечивая непреднамеренное освоение социального опыта взрослых: знаний, способов действия, моральных норм и правил поведения, оценок и суждений. Использовать можно словесные, театрализованные, сюжетные, а также дидактические игры; понятным и доступным для дошкольника видом деятельности является игра-драматизация. Театральное действие наиболее эффективный метод эмоционального и нравственного воспитания. Оно пробуждает в дошкольнике чувство сопереживания, возмущения против несправедливости, желание помочь, защитить слабого. Через восприятие сказочных, театральных героев дети учатся анализировать и оценивать поведение других людей, а затем и собственные поступки.*
- 9 Ежедневные «минутки безопасности», включаемые в различные занятия и другие режимные процессы.
- 10 Организация встреч с представителями экстремальных и социальных служб (врачами, медсестрами, милиционерами, пожарниками и т.п.).
- 11 Показ детям последствий неправильного поведения или обращения с каким-либо предметом (животным, веществом и т.п.) с помощью иллюстраций.
- 12 Игровой тренинг. *Он даёт возможность каждому ребёнку побывать в ситуациях, подобных жизненным, самостоятельно или с помощью группы найти правильное решение, выработать правильный алгоритм поведения. Не ограничиваться только обучением дошкольников нормам и правилам поведения. Необходимо учить их наблюдательности, умению ориентироваться и быстро реагировать в экстремальных ситуациях.*
- 13 Эффективной формой подачи знаний является физкультурно-оздоровительная работа: организация дней здоровья, спортивных игр, развлечений. *Ребёнок становится сам участником действия, что способствует формированию конкретных умений.*
- 14 Ещё одной формой работы становится проектная деятельность, которая позволяет решать задачи во взаимодействии взрослых и воспитанников в практической деятельности по достижению поставленной цели.

Таким образом, дети знакомятся с основами безопасности с помощью разнообразных приемов. Именно они становятся источниками познания мира. Большое воздействие оказывает сочетание разнообразных приемов на одном занятии.

Следует учитывать особенности детской психики, повышенную впечатлительность детей. Недопустимо акцентировать их внимание только на страшных последствиях пожаров, наводнений. Такой подход может травмировать психику ребёнка, привести к тревожности, страхам, стрессам, и даже стойким неврозам.

Большое значение имеет и психологическая готовность детей к восприятию соответствующей информации о безопасности и к практическим действиям в чрезвычайных ситуациях. Работая с дошкольниками, важно использовать свойственные им «возрастные страхи», сопряжённые с высокой эмоциональностью, малым жизненным опытом и богатой фантазией. Углубляя знания детей об окружающем, мы формируем у них готовность к ситуациям, в которых они могут оказаться.

Но безопасность - это не только обучение детей основам здорового образа жизни, не только осторожное и правильное поведение детей в тех или иных ситуациях, а так же и безопасность образовательного процесса, а именно:

- Безопасная среда (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, иголки 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

Максимальный эффект достигается лишь тогда, когда работа осуществляется в трёх направлениях: дошкольное учреждение – ребёнок – родители . Задача педагогов и родителей познакомить детей с нормами безопасного поведения, сформулировать необходимые навыки с учётом возраста.

Декабрь 2015

воспитатель 1 кв.категории Гурова Л.Н.

по материалам открытых источников