

## **Консультация для воспитателей СРЕДСТВА ВОСПИТАНИЯ У ДЕТЕЙ ОСНОВ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**


*Консультация для воспитателей*

*Подготовила старший воспитатель Синякова И.В.*

Самое главное преимущество дошкольников в ознакомлении их с правилами здорового образа жизни и правилами личной безопасности состоит в том, что **они любят правила**. Фактически они полагаются на правила. Вы замечали, что когда вы забываете или слегка отклоняетесь от правила, установленного для ребенка, он напоминает вам о нем и заставляет ему следовать?

Большинство детей обожают действовать по правилам; особенно им нравится напоминать своими приятелям: «Моя мама сказала...», «Анна Григорьевна сказала...». Дошколята часто напоминают о правилах и взрослым: родным, воспитателям.

Можете быть уверены: если правила здорового образа жизни и личной безопасности наряду с другими правилами излагаются вами ясными, простыми и спокойными, без тревожных слов, фразами – дети обязательно будут следовать этим правилам.

 Одно из условий ВЗИБОЖ - **Не нужно запугивать детей!** Особенности содержания, связанного с опасностями в быту, на улице, могут спровоцировать у детей **«информационный невроз»**. Для того чтобы у детей не возникал этот вид невроза желательно тщательно отбирать информацию об опасностях.

Не любую криминальную информацию можно сообщать детям. Специалистами давно подмечено, что попытки родителей обезопасить ребенка от преступных посягательств рассказами страшных историй иногда приводят к обратному результату – ребенок в сложной опасной ситуации становится более уязвимым, поскольку внушенный ему страх настолько парализует его, что он не в состоянии что-либо самостоятельно предпринять.

Страх подавляет интуицию ребенка, «смазывает» инстинктивно правильную реакцию. Поэтому если ребятам и сообщается та или иная криминальная информация, то ее нужно выразить в словах, которые бы не травмировали маленького человека, особенно если он с развитым воображением и ранимой психикой.

Цель «безопасного» воспитания – ***внушить ребенку уверенность в его возможностях, в том, что если он будет строго соблюдать определенные правила поведения, он не попадет в опасную ситуацию.***

Желательно, чтобы работа по ознакомлению детей с опасными

явлениями для его здоровья и безопасности проводилась под наблюдением психолога дошкольного образовательного учреждения, под его контролем психического состояния дошкольников и диагностикой уровня тревожности перед началом работы, в середине учебного года и по окончании.

**Другое условие: прямых запретов должно быть минимальное количество, запреты заменять позитивными установками (что надо делать, как следует поступать)**

**Еще раз повторяю.**

Формирование безопасного поведения неизбежно связано с целым рядом запретов. При этом взрослые люди часто повторяют слова: «не трогай», «отойди», «нельзя». Или, напротив, пытаются объяснить что-либо путем долгих и не всегда понятных детям наставлений. Все это дает обратный результат. Американский специалист по детскому развитию Пенелопа Лич подчеркивает неоднократно, что детей защитят положительные установки: «... что они должны делать всегда, а не то, что им, как правило, возбраняется».

## **СРЕДСТВА**

### **Художественная литература**

Русские народные сказки «Красная шапочка», «Волк и семеро козлят», «Три поросенка», «Кот, лиса и петух», «Колобок», «Заячья избушка», сказки «Жихарка» и др. К. И. Чуковского «Бармалей», Ш.Перро «Красная шапочка». Произведения К. Чуковского «Мойдодыр», «Айболит», «Федорино горе», С.Я. Маршака «Кошкин дом»

С Я. Маршака, «Рассказ о неизвестном герое», «Пожар». Ю.Пермяка «Торопливый ножик» Л. Толстого «Пожарные собаки», потешка «Тили, тили, тили – бом...». На примере этих сказок и произведений можно познакомить детей с правилами безопасности и здорового образа жизни.

(см. списки в папке)

Используя сказки, можно «переиначивать» их сюжеты. Например, разыгрывая сказку «Волк и семеро козлят», можно предложить изменить ее, рассказать на новый лад, когда козлята поступают строго по правилам.

**Пословицы и поговорки – также полезное средство воспитания ЗиБОЖ.** Они в художественной форме представляют установки или правила ЗиБОЖ.

- Чистота – залог здоровья

- Если хочешь быть здоров – закаляйся
- Кто аккуратен, тот людям ПРИЯТЕН
- Чистота – лучшая красота
- «Здоров будешь – все добудешь!»
- Где любовь да совет, там и горя нет.
- Говори, да не спорь, а хоть спорь, да не вздорь.
- Друга ищи, а найдешь — береги.
- Других не суди — на себя погляди.
- Добрые слова дороже богатства.
- Береженого Бог бережет.

### **Наглядный материал:**

- альбомы с открытками и иллюстрациями ядовитых растений, ягод, грибов, цветов, насекомых,
- иллюстрации опасных ситуаций;
- ТСО (слайды, фильмы, мультфильмы, аудиозаписи)
- компьютерные презентации и т.п.
- муляжи
- лабораторное оборудование (микроскопы, лупы и т.п.)
- макеты дорог, перекрестков, дорожные знаки
- игрушки

## **СРЕДСТВОМ ВЗИБОЖ ЯВЛЯЮТСЯ РАЗЛИЧНЫЕ ВИДЫ ДЕТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

### **ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

- Подвижные игры
- Дидактические игры
- Игровые упражнения
- Соревнования
- Спортивные игры

В различных видах двигательной деятельности дети приобщаются к здоровому образу жизни, т.к. движение – это здоровье, жизнь. Кроме того, игры способствуют физической подготовке детей, необходимой для преодоления опасностей, закаляют характер.

### **ИГРОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

- настольно-печатные игры «Лото», «Парные картинки», «Съедобный,

не съедобный» и др.

- игры-путешествия с различной тематикой;
- театрализованные игры (обыгрывание опасных ситуаций, инсценирование сказок, показ спектаклей)

- сюжетно-ролевые игры «Больница», «Пожарники», «Дорожный патруль» и т.п.

- ролевые диалоги по телефону (обучение детей вызову служб спасения),

- игры-имитации «Я — пожарный, полицейский, спасатель, врач скорой помощи»;

- игры-тренинги: «Один дома», «Звонок в дверь», «Открой дверь», «К тебе подошла незнакомая собака», «Знакомый, свой, чужой», «Уговоры: старший приятель предлагает какую-либо опасную игру, занятие — как ты себя поведёшь?», «Как поступить правильно в случаях: если ты потерялся, заблудился в лесу, вышел из автобуса, а мама не успела...»;

- экологические игры «Необычное путешествие», «Ядовитые растения рядом с нами»

- словесные игры «Закончи предложение»: «Я никогда не играю со спичками, потому, что...» и т.п.;

- словесные игры: «Диктор», «Можно — нельзя» и др.;

- тренинг «Оказание первой помощи»;

- и др. игры-тренинги

### **Например:**

**Игра «Большое и маленькое «Нет».** Детям нужно рассказать о том, что опасно брать у незнакомых людей сладости, подарки. Опасно принимать предложения покататься на машине. Чтобы избежать опасности, нужно отказаться от этих подарков и предложений словом «Нет». После этого предложить каждому произнести слово «нет». При этом педагог предлагает варианты произношения слова: тихо, опустив голову, и громко, четко, прямо глядя в глаза. Дети обыгрывают слово в разных ситуациях, предложенных педагогом, и приходят к выводу, что слово «нет», произнесенное четко, уверенно и громко, более результативно.

**Игра «Незнакомец»** учит детей отвечать отказом на любые обращения незнакомых взрослых. Педагог предлагает различные сюжеты ситуаций: незнакомец просит показать, где находится какой-либо дом, или просит найти упавший предмет, или просит помочь что-то донести до остановки и т.д. Дети обыгрывают ситуации и учатся четко отвечать взрослому «Я вас не знаю». В процессе игры также необходимо закрепить в сознании детей

важнейшее правило: прежде, чем куда-то идти, необходимо получить разрешение родителей, а незнакомцы не имеют права это правило нарушать.

**В игре «Один дома»** ребенок должен усвоить правило, что в отсутствие взрослых нельзя подходить к двери и отвечать незнакомцам, тем более открывать им двери. Если незнакомец просит позвать родителей, нельзя говорить, что их нет дома, а следует ответить, что они заняты и не могут подойти к двери, а также можно предложить ему обратиться к соседям.

При этом дети должны знать, что такие ответы являются не ложью, а мерами безопасности, потому что не существует проблем, которые милиционер, почтальон или работник ЖЭКа могут решить с детьми. Ребенок должен уметь в подобных случаях задавать вопросы «Как вас зовут?», «Какой номер телефона вы набрали, куда вы звоните?», «Что передать родителям?», зная что нельзя давать по телефону незнакомцам никакой информации о родителях, фамилии, адресе и т.д. В ролевых играх на тему «Один дома» наиболее наглядными и полезными будут сюжеты сказок «Красная шапочка», «Волк и семеро козлят», «Три поросенка», «Кот, лиса и петух».

**Игра «Подкуп»** помогает дошкольнику понять, что предлагаемые незнакомцами подарки или угощения могут преследовать неблагоприятную цель и совершаются ими для того, чтобы взамен получить какую-либо услугу. Ребенок должен усвоить правило, что у незнакомца нельзя ничего брать, а тем более, принимать его приглашение подойти за интересным подарком к машине, или зайти в соседний двор.

Также ребенок должен запомнить, что если он, забыв о бдительности, отозвался на приглашение незнакомца, нужно немедленно громко кричать, звать на помощь прохожих и рассказывать о происшествии. Сюжеты для игры можно взять из сказок о Белоснежке или о спящей царевне и семи богатырях.

**Игра «Машина»** поможет ребенку усвоить правило: чтобы никто силой не посадил в чужую машину, нужно научиться не приближаться к кромке тротуара на расстояние меньше, чем «три больших шага». Взрослые должны показать это расстояние и научить дошкольника его соблюдать. При этом ребенок должен помнить, что в чужую машину нельзя садиться, какую бы уважительную причину не приводил незнакомец, даже если он говорит, что приехал по просьбе родителей. Если в машину все же усаживают силой, следует громко кричать, что это чужие люди и звать на помощь прохожих.

Обыгрываться могут также другие ситуации: «**Если потерялся**» (обратиться за помощью к «неопасным незнакомцам»); «**Защита**» (кричать, привлекать внимание); «**Опасность**» (действия в случае пожара и других ЧП,

знание телефонов служб 01, 02, 03, 04) и др.

### **Использование игровых персонажей**

Некоторые авторы для освоения правил безопасности особую роль отводят такому игровому персонажу, как – СТОБЕД, который рассказывает истории, происходившие с ним из-за нарушения правил безопасности, «открывает» вместе с детьми правила поведения, загадывает загадки, приносит картинки и разные задания, «придумывает» стихотворения, проводит гостей в свой дом и т.п. СТОБЕД делает процесс освоения опыта безопасного поведения детьми живым; помогает им понять правила безопасности, разрешить проблемные ситуации.

Другие авторы предлагают использовать доктора Айболита для работы над вопросами ЗОЖ. Однако в нашем ДООУ мы решили, что Айболит – это доктор для животных – ветеринар. Поэтому медицинские советы нашим детям будет давать доктор Пилюлькин – герой повести Носова «Незнайка и его друзья». А сам Незнайка – это персонаж, которого могут учить правилам ЗОЖ и правилам безопасности сами дети. Психологи доказали, что позиция правилоносителя, которую занимают дети, обучая кого-либо является необходимой для усвоения любых правил. Поучая, дети глубже вникают в смысл правила.

### **КОММУНИКАТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

— познавательные беседы-минутки: «Береги своё здоровье», «Свои и чужие люди», «Бытовые приборы — наши друзья или враги?», «О безопасном поведении с животными», «Опасные предметы и вещества в доме», «О лекарствах в доме», «Кому из взрослых можно доверять?», «Правила поведения в лифте», «Где может таиться опасность в квартире?», «На горке», «Гололёд»;

— творческое задание (совместно с родителями): сочинение сказок, стихотворений о здоровье и о правилах безопасности;

— обсуждение «Кому из взрослых можно доверять?», «Где можно и где нельзя играть?», «Лёд — не место для игр», «Как избежать пожара в новогодние праздники?»; старшие приятели затеяли игру с огнём, приглашают посмотреть, что происходит на стройке, забраться на чердак и вылезти на крышу, поиграть в лифте», «Пожар на ёлке», «Старшие приятели требуют от тебя что-то им отдать, принести из дома...», «Звонок в дверь: незнакомец за дверью», «Ты потерялся в городе»;

— обсуждение проблемных ситуаций в сказках; возможных ситуаций насильственного поведения со стороны взрослого;

— презентация книги «Азбука безопасности», видеоматериалов о

безопасном поведении;

— составление и решение загадок, нерифмованных стихов о чрезвычайных ситуациях;

— составление правил катания на санках, лыжах, ледяных дорожках, вдоль проезжей части;

— составление творческого рассказа «Как Малыш в беду попал», «Один дома»;

— **обсуждения вопроса «Что если... ?»** позволяют, во-первых, выявить, как дети предполагают поступить в той или иной ситуации, во-вторых, обсудить различные ситуации и скорректировать поведение детей.

— **встречи** и беседы со специалистами (врач, военный, пожарный, спасатель, полицейский, медсестра и т.д.), это могут быть родители детей, используйте для ознакомления дошкольников не только с профессиями, но и с правилами безопасности, службами помощи. Приглашайте их, помогая подготовиться к встрече.

## **ПОЗНАВАТЕЛЬНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

— опыты: «Чем можно тушить огонь?», «Пожары загрязняют воздух», «Огонь и вода», «Огонь дышит» «Опасные свечи, бенгальские огни», «Как собрать разбитое стекло, рассыпавшиеся иголки, стиральный порошок, соль и др.?»», «Съедобное — несъедобное: как их отличить?», «Рассматривание воды из разных мест в микроскоп и лупу»;

— опыты с микроскопом, лупой, фильтрами для наглядной демонстрации того, что содержится в воде, растапливание снега и льда

— Решение проблемных ситуаций:

— решение практической задачи «Как мы можем помочь в спасении природы?», «Причины пожара в доме», «Если ты застрял в лифте», «К тебе подошёл бездомный щенок, котёнок»;

— решение проблемных ситуаций «Почему родители не разрешают детям играть на подоконниках, балконах, вблизи окон?», «Бабушка забыла выключить утюг», «Папа оставил кастрюлю на плите»; «Если случился пожар», «Незнакомец приглашает куда-нибудь пойти, предлагает подвести на машине», «Незнакомец звонит в квартиру, по телефону», «Ребёнок потерялся», «Подкуп», «Если слышен запах газа»;

— упражнения: обучение способам оказания помощи, звонок маме, обратись за помощью;

— рассматривание иллюстраций «Пожар, ураган, гроза», «Опасные новогодние атрибуты»;

— акция «Мы — спасатели родной природы»;

В методической литературе рекомендуется использовать **«познавательные минутки»: «светы Пилюлькина» «минутки безопасности»**. Их можно планировать и проводить ежедневно как форму совместной деятельности с детьми. Технология их проведения разная.

1) Одни из них могут сопровождать деятельность, например, в процессе приготовления детьми салата или винегрета можно познакомить детей с правилами обращения с ножом и другими острыми предметами. Или, на занятиях по аппликации – правила обращения с ножницами.

Во время катания с горки – правила безопасного скатывания и т.д.

Во время предъявления правил безопасности или правил сохранения здоровья можно привести примеры из личного опыта или из произведений литературы. Например, во время катания с горки педагог, напоминая правила катания с горки, может сказать: «Помните, что скатываться стоя опасно. В соседнем саду одного мальчика пришлось вести в больницу: он скатывался на ногах, упал и разбился. Гораздо безопаснее скатываться на ледянках».

2) Познавательные минутки можно включать в различные занятия и другие режимные процессы.

3) способ использования познавательных минуток – это коллективная кратковременная беседа, или чтение поучительных историй с последующим обсуждением.

Главная черта познавательных минуток – это их кратковременность. Это действительно минутки – от 1 до 5 минут.

На познавательных минутках можно использовать **показ детям последствий** неправильного поведения или обращения с каким-либо предметом (животным, веществом и т.п.) **с помощью иллюстраций**. Например, иллюстрация человека с хорошей осанкой и сутулого человека. Картинка толстяка-обжоры и стройного человека. Изображение поцарапанного или укушенного человека и т.д.

## **ПРОДУКТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

— изготовление памяток, плакатов, альбомов «Не шути с огнём!», «Осторожно: газ!», «Полезные продукты», «Опасные растения!», «Осторожно: опасные сосульки!», «Один дома», «Чужие люди», «Дорога в детский сад», «Здоровые зубы», «Если ты потерялся», «Опасные игры и игрушки», «Азбука безопасного поведения с животными» и т.д.;

— изготовление книжек-малышек «Уроки безопасности», «Уроки здоровья» и др.



- подбор иллюстраций, фото- и видеоматериалов для оформления альбомов, выставок о здоровом и безопасном образе жизни;
- рисование «Опасные предметы на кухне», «Огонь — друг, огонь — враг», «Мой двор», «На горке»;
- оформление уголка безопасного поведения.
- оформление выставки детского творчества «Мы — юные спасатели», плакатов «Безопасность»;
- составление карты-схемы маршрутов разных ситуаций спасения;
- организация фотовыставки «Пожарный — профессия героическая»;
- оформление альбомов: «Азбука безопасности», «Правила «Нельзя», «Правила на всю жизнь»;

## **МУЗЫКАЛЬНО-ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

- музыкальное развлечение;
- спортивный праздник «Юные спасатели»;
- спортивно-музыкальные развлечения, досуги

Современным, инновационным средством является рабочая тетрадь.

*Главная цель* рабочей тетради – преподнести детям необходимые сведения, закрепить их через увлекательные и интересные задания для работы детей в совместной деятельности с воспитателем или в самостоятельной деятельности.

Всем своим содержанием, заданиями и вопросами тетрадь направлена на «соавторство» ребенка и взрослого. Рабочая тетрадь должна создавать благоприятные условия для познавательного развития дошкольников: детям предлагаются задания проанализировать, сравнить, выделить что-либо.

В рабочей тетради можно помещать занимательные и творческие задания, игры, иллюстрации, создающие положительный эмоциональный настрой. Решая проблемные задания познавательно-практической направленности, дети закрепляют знания о здоровом и безопасном образе жизни. Материал подбирается таким образом, чтобы он позволял развивать мышление дошкольников на основе актуализации личного опыта ребенка. Преодолевая трудности вместе с педагогами, дети приобретают возможность самостоятельно искать ответ на сложный вопрос, видеть в обыденном, привычном что-то новое, удивительное, понять многое из того, что было загадочным и непонятным.

Интеграция содержания по формированию представлений о здоровом и безопасном образе жизни с заданиями закрасить что-то, соединить точки,

наклеить или вырезать какие-либо изображения способствует параллельному решению многих аспектов образовательной работы с детьми: развитию мышления, памяти, изобразительных умений, подготовке к обучению грамоте и т.п. Разнообразие заданий по степени сложности позволит создать ситуацию успеха для каждого ребенка. Переживаемые положительные эмоции, в случае удачного решения задачи – удивление, радость успеха, гордость, создавали у ребенка уверенность в своих силах, подкрепляя положительное отношение к сведениям о здоровом образе жизни.

Содержание рабочей тетради разбивается на **темы**, соответствующие содержанию представлений о здоровом и безопасном образе жизни.

Вот примеры заданий из тетрадей по программе Авдеевой:

- Обсуждение с детьми ситуаций, изображенных на рисунке, которые требуют мытья рук. Предлагается им объяснить, почему именно в этих случаях следует соблюдать личную гигиену.

На примерах изображенных ситуаций показаны нежелательные последствия несоблюдения гигиенических правил. Обращается внимание детей на то, что в одних случаях руки следует мыть «до», а в других — «после» определенных действий.

- Детям предлагается соединить на рисунке одной непрерывной линией пейзаж и соответствующую ему одежду или деталь туалета.

- Задание «одеть» кукол для определенной цели: день рождения, спортивный праздник. Разный сезон.

- Предложить детям дорисовать, что, по их мнению, делает врач. Обсудите варианты рисунков, попросите повторить стишок.

- рассмотреть картинки к заданию и рассказать, что на них изображено. Спросить, какие **ситуации опасны для здоровья** и почему. Пусть дети *обведут эти рисунки красным карандашом (фломастером)* и объяснят, что именно может заболеть у ребенка, который ест зимой на улице мороженое, объедается сладостями, ходит по лужам без резиновых сапог, сосет сосульку, стоит рядом с чихающим и кашляющим человеком.

- найти **картинки, где ребенок ведет себя правильно**, и рассказать, как можно уберечь свой организм от болезней (в дождливую погоду выходить на улицу в плаще, резиновых сапогах, с зонтиком; есть полезную для здоровья морковь). Предложите детям привести примеры, как еще можно заботиться о своем здоровье.

- предложить детям обвести на рисунке красным цветом те предметы, которыми в отсутствие взрослых они не должны пользоваться; или нарисовать **восклицательный знак около тех предметов, которые, с их**

**точки зрения, могут быть опасны.**

**В тетради могут быть:**

Лабиринты

Картинки найди отличия

Раскраски

Что лишнее

Дорисуй недостающий предмет

Найди одинаковые картинки и т.д.

Т.О. воспитание основ культуры ЗиБОЖ осуществляется с помощью разнообразных средств, среди которых особое значение имеют различные виды деятельности, которые реализуют деятельностный принцип развития ребенка.