

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Александровский детский сад «Ягодка»

Выступление на педагогическом совете

«Формирование основ здорового образа жизни и безопасности  
жизнедеятельности детей дошкольного возраста»

Подготовила: воспитатель

первой квалификационной категории

Панкова Е.Н.

Март, 2018 г.

Проблемы безопасности жизнедеятельности по праву относятся к глобальным. Именно поэтому в настоящее время уделяется этому большое внимание, начиная с дошкольного возраста. Основная наша цель- подготовить ребёнка к безопасной жизни в окружающей среде – природной, техногенной, социальной. Мы воспитываем у ребёнка навыки адекватного поведения в различных неожиданных ситуациях: на природе, в доме, на улице, на дороге и т. д. Если следовать определённым правилам поведения, соблюдать их и учить этому ребёнка с ранних лет, мы защитим себя и своих детей от многих проблем.

На протяжении всего учебного года нами ведётся работа по обучению безопасности жизнедеятельности дошкольников.

В ходе планомерной и целенаправленной работы с дошкольниками при использовании всех средств системы воздействия: занятия, ситуации и ситуации - провокации, рифмованных правил, игровых обучающих ситуаций, дидактических игр, подвижных игр, экскурсий, с родителями, возможно осуществлять эффективно-результативную работу по формированию навыков безопасного поведения у дошкольников.

Работа по пожарной безопасности занимает особое место в воспитательно - образовательном процессе дошкольного учреждения. Цель проведения мероприятий по пожарной безопасности - систематизировать знания детей о причинах возникновения пожаров, подвести к пониманию вероятных последствий детских шалостей, учить правилам поведения при пожаре, повысить внимание родителей к изучению правил пожарной безопасности и мер профилактики в быту.

В течении всего периода мы проводили беседы, учили правилам поведения при пожаре; объясняли важность и необходимость знаний о себе: фамилию, имя, домашний адрес, номер телефона, учили набирать номер пожарной службы; формировали навыки общения с «дежурным по пожарной части» в экстренной ситуации ( в игровой форме).

Так же в работе по пожарной безопасности, мы использовали:

**а)Дидактические игры:**

«Огонь наш друг», «Что нужно пожарному для работы»,

«Пожароопасные предметы»,

«Можно – нельзя», «Диалоги по телефону»,

«Горит не горит» и др.

**б) Подвижные игры («Кто быстрее», «Быстрые и ловкие» и другие)**

**в) Сюжетно-ролевые игры**

«Загорелся Кошкин дом», «Мы пожарные» и др.

При организации сюжетно - ролевой игры использовались игровые обучающие ситуации, которые наиболее приемлемы в процессе ознакомления детей с правилами безопасного поведения.

**г)Занятия-беседы.**

«Спички не для игры», «Действия при возникновение пожара», «Что нельзя делать в отсутствие взрослых?», «Не суши над газом штаны после стирки, а то от щтанов останутся дырки» и др.

**д)Ознакомление с научно-популярной и художественной литературой.**

Н.Афанасьев «Как сгорел один дом».

Е. Хоринский «Спичка-невеличка».

К.Чуковский «Путаница».

С.Маршак « Рассказ о неизвестном герое» и др.

Ребята рассматривали плакаты, иллюстрации по тематике.

На протяжении длительного времени в группе ведётся систематическая работа по обучению воспитанников правилам дорожного движения. Цель данных мероприятий - воспитание культуры поведения на улице, формирование дисциплинированности, организованности пребывания на улицах и дорогах, в общественном транспорте. По правилам дорожного движения нами были проведены:

**а)Дидактические игры**

« Подбери знак»

« Транспорт»

« Светофор»;

**б)Подвижные игры**

«Цветные автомобили»

«К своим знакам»

«Стоп»

«Три сигнала светофора»

«Воробушки и автомобиль»

**в) Сюжетно- ролевые игры**

« Регулировщик»

«Я -пешеход»

«Автошкола»;

**г) Занятия-беседы.**

«Для чего нужны правила дорожного движения, как они появились», «Какие бывают машины», «Как правильно с мамой переходить улицу», «Если ты потерялся», «Для чего нужны дорожные знаки».

**д) Чтение художественных произведений.**

Я.Пишумов « Песенка о правилах»

Н.Кончаловская «Самокат»

В.Семирнин «Запрещается- разрешается»

О.Бондарев « Азбука безопасности».

*По обучению детей правилам элементарного безопасного поведения дома, на улице и в общественных местах, нами были проведены мероприятия:*

- Беседа «Чрезвычайные ситуации в доме»;

- Беседа «Кто может предоставлять опасность для окружающих»;

-Рассматривание альбома «Лекарственные и ядовитые растения».

Так же в рамках Месячника безопасности на водных объектах в осенне-зимний период 2017-2018 г. в подготовительной к школе группе были проведены мероприятия, направленные на повышение уровня знаний детей

- Беседы на тему: «Чтобы не было беды- будь осторожен у воды», «Осторожно: тонкий лед!».

- Чтение художественной литературы по теме.

- Рассматривание иллюстраций о правилах поведения на водоемах в осенне-зимний период.

- «Не зная броду – не суйся в воду!» (решение игровых и проблемных ситуаций).

- Показ видеофильма о безопасности на воде, о деятельности водолазов-спасателей.

Работа по формированию навыков безопасного поведения у детей осуществлялась в тесном взаимодействии с родителями. Для родителей разрабатываются консультации, памятки, так же родители принимают активное участие в совместных конкурсах с детьми. Мы должны помнить, что в рамках дошкольного воспитания невозможно решить весь круг проблем, связанных с безопасностью ребенка. Здесь нам следует заручиться поддержкой родителей, которым мы объясняем, что для полноценного, осмысленного, действенного усвоения правил безопасности ребенок должен не просто их выучить, но и видеть, как они действуют в реальной жизни. В условиях детского сада существует прямая угроза, что многие необходимые и доступные детям правила безопасности останутся на уровне знаний, на уровне теории. Это вызвано спецификой дошкольных учреждений. Например, детям трудно осознать правила пользования газовой или электрической плитой, если в помещении группы таковой нет. Но у каждого она есть дома. И таких примеров можно привести великое множество.

Проблема оздоровления, воспитания и развития - целенаправленная, систематически спланированная работа ДОУ и семьи на длительный период времени.

Решая оздоровительные задачи, мы организуем разностороннюю деятельность, направленную на сохранение здоровья детей, реализуем комплекс профилактических, оздоровительных мероприятий.

Полноценному, гармоничному и физическому развитию ребенка способствует гибкий режим дня, соблюдение гигиенических требований.

Оздоровительные мероприятия, которые проводятся с детьми: это закаливающие процедуры, утренняя гимнастика, физкультурные занятия, гимнастика после сна, пальчиковые игры и дыхательные упражнения, подвижные и малоподвижные игры, прогулки на свежем воздухе, спортивные праздники и многое другое.

**Закаливание** детей включает комплекс мероприятий:

- широкая аэрация помещений,
- правильно организованная прогулка,
- физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе,
- умывание прохладной водой и другие водные, воздушные и солнечные процедуры.

Каждый день по утрам делаем **зарядку!** Зарядка для детей чрезвычайно важна, так как укрепляет здоровье, помогает сопротивляться против ежедневной атаки всевозможных вирусов и инфекций, закалиться и укрепить силы, правильно сформировать опорно-двигательный аппарат. Кроме того, ежедневные занятия спортом помогают воспитать у малышек некоторые качества, важные для дальнейшей жизни - упорство, желание четко и уверенно идти к намеченной цели и не бросать важные дела на половине пути. Зарядка имеет благоприятное влияние на обмен веществ в организме, а также на поддержание мышц в тонусе. Кроме того, это создаст отличное настроение на весь день. После щадящей «пробуждающей» тренировки ребенок целый день будет чувствовать себя бодрым и веселым.

Любая образовательная деятельность, не связанная с движением, является тяжелой нагрузкой на организм дошкольников. Они быстро утомляются, снижается устойчивость внимания, у детей теряется интерес к деятельности, что, конечно, отрицательно влияет на ее эффективность. Очевидно, что взрослые должны предупредить возникновение утомления у детей, своевременно обнаружить признаки его появления и как можно быстрее, эффективнее снять их, так как утомление, накапливаясь, может перерасти в переутомление и стать причиной возникновения различных нервных расстройств. Одним из самых эффективных способов предупреждения утомления - **физминутки и динамические паузы**. Они снимают напряжение мышц, переключают внимание с одной деятельности на другую, успокаивают нервную систему и восстанавливают работоспособность детей.

**Физминутки** проводятся примерно в середине образовательной деятельности в течение 1-2 минуты в виде игровых действий. Детям нравятся несложные упражнения, сопровождающиеся стихами и музыкальным сопровождением, по возможности, связанные с темой и содержанием деятельности. Главное, чтобы движения были просты, доступны и интересны каждому ребенку, они должны быть достаточно интенсивны, влиять на многие группы мышц, но не быть чрезмерными.

Для дошкольников держать в руках карандаш или кисточку – большой труд. Они очень крепко сжимают пальчики, считая, что чем крепче они их держат, там красивее у них получится рисунок, цифры или буквы. В итоге мелкие мышцы руки и кисти быстро устают и требуют расслабления. Что может помочь в этом случае? Лучшей физминуткой в такой ситуации является **пальчиковая гимнастика**.

Хорошая речь – яркий показатель всестороннего развития ребенка и подготовленности его к обучению в школе. Артикуляционная гимнастика – это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе.

Важность занятий **артикуляционной гимнастикой** для малышек трудно переоценить. Помимо того, что ребенок учится правильно и четко произносить звуки и слова, подобные занятия способствуют:

- Улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их нервную проводимость;
- Улучшить подвижность артикуляционных органов;
- Укрепить мышечную систему языка, губ, щек;
- Научить ребенка удерживать определенную артикуляционную позу;
- Увеличить амплитуду движений;
- Уменьшить напряженность артикуляционных органов;
- Подготовить ребенка к правильному произношению звуков.
- Развитию гибкости органов речевого аппарата;
- Своевременные занятия артикуляционными упражнениями по развитию речевого слуха и артикуляционной гимнастикой способствуют тому, что многие дети могут самостоятельно

научиться говорить чисто и правильно. Это позволяет впоследствии не прибегать к помощи специалиста-логопеда.

**Гимнастика после дневного сна** – это комплекс мероприятий облегчающих переход от сна к бодрствованию, имеющая при правильном руководстве оздоровительный характер.

Переход от состояния сна к состоянию бодрствования происходит постепенно. Сразу после пробуждения в нервной системе сохраняется преобладание тормозных процессов, у ребёнка снижена умственная и физическая работоспособность, практически все виды чувствительности, существенно понижена скорость реакций. Заторможенное состояние центральной нервной системы может сохраняться в течение нескольких десятков минут или даже нескольких часов. Это в большой степени зависит от качества сна и от степени общего утомления организма. Столь длительный переход от состояния сна к состоянию бодрствования не только не удобен, но и вреден для здоровья детского организма, которому после пробуждения предъявляются психические и интеллектуальные нагрузки, когда нервная система еще не готова их воспринять. Поэтому чрезвычайно важны мероприятия, помогающие облегчить протекание процессов перехода к состоянию бодрствования после дневного сна. На скорость перехода от состояния покоя к состоянию активного бодрствования можно в существенной мере повлиять. Наиболее эффективно ускоряют этот процесс те воздействия, которые стимулируют процессы возбуждения в нервной системе.

Безусловно, особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей на **физкультурных занятиях**.

Физические упражнения на занятии располагаются в определенном порядке, которые обеспечивают физическую и психологическую готовность ребенка к нарастанию сложности материала, приведение организма к готовности выполнять наиболее сложные упражнения. Занятия физической культурой способствуют умению правильно и красиво двигаться, развитию у детей физических способностей, воспитанию моральных качеств, помогают освоить элементы техники выполнения движений.

**Физкультурно-спортивные праздники**, одна из форм активного отдыха детей и взрослых, включающая разнообразные виды физических упражнений (гимнастика, подвижные и спортивные игры, спортивные упражнения) в сочетании с элементами драматизации, викторин, конкурсов. Подвижные игры, конкурсы, розыгрыши, потехи, сюрпризы, которыми насыщена программа любого праздника, часто сопровождаются спонтанными комичными ситуациями, вызывают искренний смех, удивление, восторг. Уже одно это обстоятельство делает праздник незаменимым средством профилактики и даже лечения различных нарушений в состоянии здоровья.

При подготовке и проведении физкультурно-спортивных праздников дети получают возможность проявлять активность, инициативу, самостоятельность, творчество, что благотворно влияет на развитие их способностей и личностных качеств.

Важнейший итог праздника - радость от участия, победы, общения, совместной деятельности. Подвижные игры, составляющие основное содержание любого физкультурно-спортивного праздника, в большей степени, чем другие формы организации двигательной деятельности, адекватны потребностям ребенка в движении и способствуют его гармоническому физическому развитию, воспитанию ловкости, быстроты, координации движений, важнейших морально-волевых и дружеских качеств.

Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для них – это, прежде всего двигаться, действовать. Во время **подвижных игр** у детей совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Они приучаются согласовывать свои действия и даже соблюдать определенные (вначале, конечно, примитивные) правила.

Подвижные игры оказывают благоприятное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки у детей, а также повышают функциональную деятельность организма, способствуют воспитанию физических качеств: быстроты; ловкости; силы; выносливости; гибкости, и, что немаловажно, эти физические качества развиваются в комплексе.

В подготовительной к школе группе ведутся два проекта по здоровьесбережению. **Проект «Красивая осанка-залог здоровья»**, предполагает создание условий для организации работы по

профилактике и предупреждению нарушений осанки через специальные мероприятия. (руководитель: воспитатель Панкова Екатерина Николаевна).

**Цель проекта:**

Профилактика и предупреждение нарушений осанки посредством физических упражнений у детей старшего дошкольного возраста.

Также с детьми организуется работа по **проекту «Красота движений»** (руководитель: воспитатель Маколова Светлана Сергеевна).

**Цель проекта:** Повысить уровень развития гибкости у детей старшего дошкольного возраста средствами гимнастики.