

## **Формирование культуры безопасности и здоровья**

*С.В. Новоселова, Е.А. Каргаполова,  
Гурьевский муниципальный район, Кемеровская обл.*

Жизнь современного человека постоянно сопровождается различными факторами социального, техногенного, природного и экологического характера, способными представлять угрозу для жизни и здоровья.

Самой уязвимой частью общества, открытой для всех опасностей и угроз являются дети дошкольного возраста, которые в силу своих возрастных особенностей не могут обеспечить собственную безопасность.

Но данный период сенситивен для приобщения дошкольников к культуре безопасности и здоровья.

В этой связи на протяжении всего дошкольного детства актуальным направлением дошкольной образовательной организации является обеспечение безопасности жизнедеятельности детей и поиск оптимальных путей формирования культуры безопасности и здоровья на каждом возрастном этапе.

В современной науке понятия «культура безопасности» и «культура здоровья» рассматриваются как важные взаимосвязанные составляющие общей культуры личности.

Под культурой безопасности жизнедеятельности ребенка мы понимаем совокупность компонентов: осознанное отношение к жизни и здоровью человека, знания о безопасности жизнедеятельности, умение оберегать, поддерживать свою жизнь и здоровье.

Компоненты культуры здоровья характеризуют ценности здорового образа жизни: эмоционально – личностное отношение человека к своему здоровью, потребность ведения здорового образа жизни, забота о собственном здоровье и здоровье окружающих.

Современные представления о сущности культуры безопасности и здоровья, подходы и принципы дошкольного образования, отраженные в ФГОС ДО, задачи системы образования в целом определяют поставленные нами цель: формирование экологически сообразного здорового и безопасного образа жизни.

В содержании каждого возрастного периода представлены следующие разделы: «Природа и безопасность», «Безопасность на улице», «Безопасность в общении», «Безопасность в помещении», «Безопасность и здоровье».

Формирование готовности к преодолению опасных ситуаций рассматривает раздел «Безопасность и здоровье», в основе которого лежит ортобиотический подход. С учетом него поставлены цели, здоровьесформирующие задачи образовательных областей и принципы.

Ортобиотика - как наука о сбережении здоровья и жизненного оптимизма, базируется на принципе триединства здоровья: физического – рекреация, психического – релаксация и духовно-нравственного – катарсис. Позитивно воздействуя на один из видов здоровья, можно улучшить остальные.

Рекреация – это физическое укрепление организма. Реализуется через ЛФК, массаж, логоритмику, дыхательную гимнастику, работу на тренажерах, игры с движением, закаливание, утреннюю гимнастику упражнения на развитие моторики рук и артикуляционной моторики. Во время занятий рекреацией необходимо дать ребенку почувствовать мышечную радость от физической нагрузки, создать чувство подъема и удовольствия от занятий своим телом.

Релаксация – психическое расслабление. Существуют как активные, так и пассивные формы релаксации. К активным формам относятся подвижные игры, танцы, массаж, смехотерапия, водные процедуры, дыхательная гимнастика. К пассивным - аутотренинг, релаксация, сенсорная комната, танцевальная терапия, сухой бассейн. Нахождение в состоянии релаксации в течение 10–15 минут способно заменить полуторачасовой дневной сон.

Катарсис – это самоободрение, способ освобождения от отрицательных эмоций, возвышение личности, развитие воли: тренинги общения, путешествия, музыкальные паузы, общение с природой, творческое хобби. Катарсис – обязательное условие для обретения духовно-нравственного здоровья, которое проявляется ярче всего в кризисных и экстремальных ситуациях, показывающих, насколько человек способен оставаться человеком при любых обстоятельствах, не теряя человеческих качеств.

Раздел «Безопасность и здоровье» представлен следующими содержательными блоками:

- Я и мир Природы - задачей данного блока является - донести до детей идею одухотворенности живой природы, осознать и понять свою неразрывную связь с ней. Мир Природы щедро делится с детьми знаниями, помогает в укреплении собственного здоровья, а ребенок, эмоционально реагируя, делится с ним теплом души – так происходит взаимный энергообмен;

- Я и мой организм - материалы этого блока знакомят ребенка с природой своего организма и скрытыми в нем возможностями, способами укрепления здоровья своего организма. Это интересное путешествие в мир тела, обучение заботе о собственном теле;
- Я и мои эмоции - эмоции делают человека уникальным и неповторимым среди людей и помогают понять, как ребенок относится к самому себе. Развивается понимание тесной взаимосвязи между эмоциями и здоровьем. Научив ребенка, испытывать и вызывать в себе положительные эмоции, мы вырабатываем иммунитет против гормона страха, негативно влияющего на здоровье ребенка;
- Я и окружающие меня Люди - на этом этапе формируем у детей четкое представление о положительно-эмоциональном отношении к ценности собственной жизни и жизни других людей.

Полученные знания и практический опыт взаимодействия с миром природы, своим организмом, эмоциями, окружающими людьми позволяет детям понять взаимосвязь мыслей и поступков, формирует навык управления своим поведением.

В основе ортобиотических методов и приемов - чувственный образ. Каждый из представленных методов и приемов основывается на стимулировании эмоционально-чувственной сферы ребенка, обеспечивает активизацию восприятия, позволяет сделать определенные умозаключения, суждения в отношении собственного образа здоровья.

Образовательная деятельность по формированию культуры безопасности и здоровья осуществляется через физкультурные занятия, занятия кружка «Азбука БезОпасности», досуговых мероприятий в форме тренингов, игр-путешествий, мастер – классов, квестов, акций, а также в ходе режимных моментов, таких как утренняя гимнастика, двигательные паузы, минутки безопасности.

Результативность деятельности по формированию культуры безопасности и здоровья осуществляется посредством проведения педагогической диагностики. Результаты диагностики соответствуют Целевым ориентирам ФГОС ДО. Исходя из специфики задач формирования культуры безопасности и здоровья и проявлений их сформированности, основным методом оценки результатов образовательной деятельности является педагогическое наблюдение. Также используются беседы, анализ продуктов детской деятельности, игровые задания.

Важным условием успеха работы ДОО по формированию культуры безопасности у дошкольников является создание развивающей предметно-пространственной среды, отвечающей современным требованиям и задачам

формирования культуры безопасности: город Безопасности дорожного движения (здесь все — как у взрослых, только в миниатюре: дорога, пешеходные переходы, настоящие светофоры и дорожные знаки, детский транспорт, макеты автостоянки, остановки, заправочной станции, поста ДПС); кабинет психологической разгрузки; спортивный зал; развивающее информационно – наглядное оборудование и материалы (тематические информационные стенды, мобильные уголки по безопасности для различных форм работы, тематические плакаты, тематические выставки поделок, рисунков, фотографий, тематические макеты, видео- и аудиоматериалы, настольно-печатные, развивающие и компьютерные игры, специальные конструкторы.

Деятельность ребенка в условиях обогащенной среды позволяет проявлять любознательность, пытливость, познавать окружающий мир без принуждения, стремиться к творческому отображению познанного.

Полноценное решение задач формирования культуры безопасности и здоровья возможно лишь при условии интеграции всех специалистов ДОО, при согласованности позиций педагогов и родителей. Основными направлениями взаимодействия семьи и ДОО по формированию культуры безопасности являются повышение родительской компетентности, непосредственное участие родителей в образовательной деятельности, педагогическое сопровождение семьи через индивидуальное консультирование, информирование родителей (сайт ДОО, газета «Улыбка и К<sup>о</sup>», информационные стенды, памятки, буклеты и т.д.).

Фактором успеха процесса формирования культуры безопасности и здоровья в ДОО является личность педагога и его профессионализм. Используем различные формы деятельности по обеспечению информационной основы, повышению компетентности педагогов и приобщению их к активному здоровому образу жизни.

Деятельность по формированию культуры безопасности и здоровья не ограничивается рамками ДОО. Нами осуществляется тесное сотрудничество с Отделением ГИБДД Отдела МВД России по Гурьевскому району, Пожарной частью, учреждениями культуры, дополнительного образования и спорта через использования различных форм взаимодействия.

Для того чтобы дети были здоровы, необходимо научить их основам культуры безопасности в современных условиях, осознанному отношению к своему здоровью, т.е. адаптировать детей к тем обстоятельствам, которые их ожидают. И, конечно же, необходимо воспитывать потребность дошкольников в здоровом образе жизни, учить их правильно относиться к своему здоровью.