

«Безопасность жизнедеятельности на уроках в начальной школе»

Учитель начальных классов

Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Луганской Народной Республики «Краснолучская школа № 10 имени А.С.Пушкина»

Дорохина Ирина Михайловна

Введение

Глава 1. Теоретические аспекты безопасности жизнедеятельности

1.1 Понятие безопасности жизнедеятельности

1.2 Основные угрозы безопасности на уроках в начальной школе

1.3 Психолого-педагогические аспекты обучения безопасности

1.4 Обучающиеся начального общего образования и их особенности

Глава 2. Методические подходы к обучению безопасности жизнедеятельности

2.1 Программы и учебные пособия по безопасности жизнедеятельности

2.2 Интерактивные методы обучения

2.3 Роль учителя в формировании навыков безопасного поведения

2.4 Официальные и нормативные документы РФ, регулирующие обучение безопасности

Глава 3. Практическая реализация знаний по безопасности жизнедеятельности

3.1 Анализ ситуаций, связанных с безопасностью в школе

3.2 Разработка методических материалов для уроков

3.3 Организация мероприятий по безопасности для учащихся

3.4 Примеры внедрения нормативных документов на практике

Заключение

- Итоги исследования

- Предложения и рекомендации по улучшению безопасности на уроках

Список литературы

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации"
- СанПиН 2.4.1.3049-13
- ГОСТ Р 56114-2014
- Методические рекомендации МЧС России
- Научные статьи и публикации

Приложения

- Дополнительные материалы
- Примеры учебных заданий
- Опросные листы и результаты анкетирования

Введение

Не подлежит сомнению тот факт, что здоровье человека – одна из актуальнейших на сегодняшний день тем для разговора.

Особенно это касается подрастающего поколения, ведь воспитание здорового образа жизни и ответственного отношения к своему организму начинается с самого детства. Некоторые исследования утверждают, что около семидесяти пяти процентов заболеваний закладывается уже в детском возрасте.

В сложных современных условиях развития России чрезвычайно актуальной является проблема сохранения и целенаправленного формирования здоровья детей, поскольку она напрямую связана с проблемой безопасности и независимости страны. В последние годы в России наблюдается значительное ухудшение здоровья школьников. По результатам исследований, лишь 10% выпускников могут считаться здоровыми, 40% имеют различную хроническую патологию. У каждого второго школьника выявлено сочетание нескольких хронических заболеваний.

К концу года у многих школьников частота гипертонических реакций увеличивается в 2 раза, а общее число неблагоприятных изменений артериального давления достигает 90%, появление повышенной невротизации отмечается у 55–83% учащихся школ. Заметно возросла заболеваемость: по

результатам профилактических осмотров различные заболевания регистрируются у 94,5% подростков.

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ В РОССИИ 2023 Статистический сборник
<https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/Zdravoohran-2023.pdf>

Актуальность проблемы безопасной жизнедеятельности человека с каждым годом становится все более очевидной. За многовековую историю сообщество людей накопило немалый опыт в этой области, но управлять природными явлениями, противостоять стихиям в полной мере оно пока не может. Налицо парадокс: в течение многих лет человек создавал и совершенствовал технические средства с целью обеспечить безопасность и комфортность своего существования, а в результате оказался перед лицом угроз, связанных с производством и использованием техники. Очевидно, что в современных условиях необходима тщательная подготовка всего населения к жизни в условиях, при которых как в природном окружении, так и в быту возможно возникновение ситуаций опасности.

В деле защиты населения в опасных чрезвычайных ситуациях возрастает роль и ответственность системы образования за подготовку обучающихся по вопросам, относящимся к области безопасности жизнедеятельности.

Безопасность жизнедеятельности является одним из ключевых аспектов образовательного процесса в начальной школе. Важность этой темы обусловлена необходимостью формирования у детей навыков безопасного поведения в различных жизненных ситуациях.

Гипотеза

Интеграция инновационных образовательных методов и технологий в процесс обучения безопасности жизнедеятельности в начальных классах повышает эффективность освоения учащимися навыков безопасного поведения и способствует формированию устойчивого интереса к изучаемому предмету.

Эта гипотеза предполагает, что использование современных подходов, таких как игровые методы, VR-технологии и интерактивные платформы, может улучшить процесс обучения и сделать его более привлекательным для детей, тем

самым увеличивая их вовлеченность и желание учиться. В ходе исследования предстоит проверить эту гипотезу, используя эмпирические данные, анализ литературы и результаты наблюдений.

Объект исследования

Процесс обучения безопасности жизнедеятельности в начальной школе.

Это определение включает в себя методы и подходы, используемые для обучения детей основам безопасности, а также взаимодействие учителей и учащихся в рамках этого процесса. Объект исследования может также охватывать учебные материалы, программы, технологии и инструменты, применяемые для достижения целей обучения безопасности.

Целью данной работы является анализ теоретических и методических подходов к обучению безопасности жизнедеятельности, а также разработка практических рекомендаций для учителей начальных классов.

Для достижения поставленной цели были определены следующие задачи:

1. Изучить теоретические основы безопасности жизнедеятельности.
2. Рассмотреть методические подходы к обучению безопасности в начальной школе.
3. Проанализировать официальные и нормативные документы РФ, регулирующие данный аспект образования.
4. Предложить методические материалы и мероприятия для уроков безопасности.

В ходе работы будет использована информация из официальных документов, научных исследований и методической литературы, что позволит обеспечить академическую полноту исследования.

Глава 1. Теоретические аспекты безопасности жизнедеятельности

1.1 Понятие безопасности жизнедеятельности

Безопасность- это положение, при котором не угрожает опасность кому- (чему) - нибудь. (Словарь Ожегова)

Безопасность – это образ жизни, который гарантирует здоровье и счастливое будущее.

Безопасность - обеспечение сохранности от угроз жизни и здоровья человека.

В современной педагогической науке появилось новое направление – педагогика **безопасности**, изучающая закономерности развития **жизненного опыта безопасного существования (жизнедеятельности)** человека. Данный опыт формируется в детском возрасте в условиях образовательных организаций, в частности, в начальной школе, когда происходит активное освоение мира, расширяется круг общения и взаимодействия, сфер деятельности, географии передвижения ребенка.

Безопасность жизнедеятельности – это комплексная дисциплина, охватывающая вопросы защиты человека от внешних и внутренних угроз. Она включает в себя не только физическую безопасность, но и психологическую, социальную и экологическую. В контексте образовательного процесса, особенно на уроках начальной школы, безопасность жизнедеятельности направлена на формирование у детей умений и навыков, необходимых для предотвращения опасностей, которые могут возникнуть в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях.

Понятие безопасности жизнедеятельности охватывает широкий спектр мер и процедур, направленных на защиту людей от различных угроз и опасностей, которые могут возникнуть в повседневной жизни. Это включает в себя как предотвращение несчастных случаев и травм, так и обеспечение защиты от более крупных катастроф, таких как природные бедствия или техногенные аварии. В контексте образования, безопасность жизнедеятельности в начальной школе направлена на обучение детей основам безопасного поведения в различных ситуациях, будь то дорожное движение, поведение в школе, дома или во время чрезвычайных ситуаций. Основная цель — не только передать знания, но и

сформировать у учащихся навыки и привычки, которые помогут им избегать опасностей и правильно реагировать в случае их возникновения.

Психолого-педагогические аспекты обучения безопасности включают в себя разработку учебных программ и методик, которые учитывают возрастные особенности детей, их психологические и физические возможности, а также лучшие способы мотивации и вовлечения учащихся в процесс обучения.

Интерактивные методы обучения, такие как игровые подходы, ролевые игры, дискуссии и практические занятия, показали свою эффективность в обучении детей безопасному поведению, так как они позволяют учащимся активно участвовать в процессе и лучше усваивать информацию.

Роль учителя в этом процессе также крайне важна, так как учитель не только передает знания, но и является примером для подражания, а также организатором и координатором всех учебных и внеучебных мероприятий по безопасности.

В заключении, важно отметить, что интеграция знаний по безопасности жизнедеятельности в учебный процесс начальной школы требует комплексного подхода, включающего в себя не только теоретические знания, но и практическую реализацию, а также постоянное обновление учебных программ и методик в соответствии с современными требованиями и стандартами.

1.2 Основные угрозы безопасности на уроках в начальной школе включают

Физические угрозы:

- Травмы на переменах и физкультуре из-за недостаточного надзора или несоблюдения правил безопасности.
- Несчастные случаи, связанные с использованием учебного оборудования, например, острые предметы в трудовом обучении.

Химические угрозы:

- Отравления из-за случайного употребления химикатов или лекарств.

- Аллергические реакции на определенные вещества, используемые во время уроков.

Психологические угрозы:

- Стресс и эмоциональное выгорание из-за высокой учебной нагрузки или давления со стороны сверстников и учителей.
- Буллинг и дискриминация, которые могут привести к психологическим травмам.

Угрозы безопасности в интернете:

- Кибербуллинг и доступ к неподобающему контенту во время использования интернета на уроках.
- Риск распространения личной информации и доступа к ней третьими лицами.

Биологические угрозы:

- Распространение инфекционных заболеваний, особенно в периоды эпидемий.
- Укусы насекомых или контакт с токсичными растениями на уроках в природе.

Для минимизации этих угроз необходимо разработать и регулярно обновлять планы безопасности, проводить инструктажи и тренинги для учащихся и учителей, а также обеспечить наличие необходимых средств первой помощи и средств индивидуальной защиты. Важно также создать в школе атмосферу открытости и доверия, чтобы учащиеся могли сообщать о любых проблемах, связанных с безопасностью.

1.3 Психолого-педагогические аспекты обучения безопасности

Психолого-педагогические аспекты обучения безопасности в начальной школе играют ключевую роль в формировании у детей правильного отношения к

опасностям и развитию навыков безопасного поведения. Вот несколько основных аспектов:

Восприятие и осознание риска

Дети должны научиться распознавать потенциальные опасности в своем окружении и понимать последствия небезопасного поведения.

Развитие личностных качеств

Важно воспитывать такие качества, как ответственность, самоконтроль и способность к самозащите.

Социально-эмоциональное обучение

Учащиеся должны развивать навыки эффективного общения, умение работать в команде и преодолевать конфликты.

Мотивация и участие

Педагоги должны мотивировать детей к активному участию в процессе обучения безопасности, используя игровые методы и интерактивные задания.

Критическое мышление

Необходимо развивать у детей способность анализировать ситуации, принимать обоснованные решения и предвидеть последствия своих действий.

Адаптация обучения

Программа обучения должна быть адаптирована к возрастным особенностям детей, их психологическому и физическому развитию.

Взаимодействие с родителями

Школа должна вовлекать родителей в процесс обучения, информируя их о методах обучения безопасности и способах поддержки детей дома.

Постоянное обновление знаний

Педагоги должны регулярно повышать свою квалификацию в области безопасности и психологии, чтобы использовать самые эффективные и актуальные методы обучения.

Эти аспекты помогают создать комплексный подход к обучению безопасности, который учитывает психологические и педагогические особенности детей младшего школьного возраста.

1.4 Обучающиеся начального общего образования и их особенности в безопасности жизнедеятельности

Обучающиеся начального общего образования имеют ряд особенностей, которые необходимо учитывать при обучении их безопасности жизнедеятельности:

Возрастные особенности

Дети младшего школьного возраста находятся в процессе активного физического и психологического развития. Их восприятие и понимание опасностей отличается от взрослых, что требует адаптации методов обучения.

Когнитивное развитие

Младшие школьники только начинают формировать навыки критического мышления и анализа ситуаций, поэтому важно использовать наглядные и понятные примеры.

Социальная адаптация

В этом возрасте дети активно учатся социальному взаимодействию, что можно использовать для развития навыков коллективной безопасности и взаимопомощи.

Эмоциональная устойчивость

Младшие школьники более эмоционально уязвимы, поэтому важно создавать безопасную и поддерживающую обучающую среду.

Физическая активность

Высокий уровень энергии и активности детей этого возраста может привести к повышенному риску травматизма, что требует особого внимания к физической безопасности.

Личностное развитие

В начальной школе закладываются основы личностных качеств, включая ответственность и самостоятельность, что можно использовать для формирования навыков безопасного поведения.

Игровые методы обучения:

Использование игр и интерактивных заданий помогает детям лучше усваивать информацию и развивать практические навыки безопасности.

Визуализация и повторение

Регулярное повторение материала и использование визуальных средств (например, плакатов, видео) способствуют лучшему запоминанию правил безопасности.

Участие родителей

Вовлечение родителей в процесс обучения позволяет поддерживать и развивать навыки безопасности детей и вне школы.

Индивидуальный подход

У каждого ребенка свои особенности восприятия и обучения, поэтому важно подходить к каждому ученику индивидуально.

Эти особенности требуют от педагогов глубокого понимания психологии детей и применения гибких методов обучения, направленных на развитие у детей умения действовать в различных опасных ситуациях.

Глава 2. Методические подходы к обучению безопасности жизнедеятельности

2.1 Программы и учебные пособия по безопасности жизнедеятельности для начальных классов обычно включают в себя следующие компоненты:

- учебники и рабочие тетради, которые содержат теоретический материал, иллюстрации опасных ситуаций и задания для закрепления знаний;
- методические рекомендации для учителей, которые предоставляют информацию о способах преподавания материала и организации уроков безопасности;
- интерактивные курсы – это электронные ресурсы с играми, викторинами и симуляциями, которые помогают детям учиться в интерактивной форме;
- видеоматериалы могут включать обучающие видео, которые наглядно демонстрируют правила поведения в опасных ситуациях и способы оказания первой помощи;
- плакаты и наглядные пособия, которые используются для визуализации правил безопасности и должны быть размещены в доступных для детей местах;
- игры и ролевые модели, различные игровые сценарии и ролевые игры, которые позволяют детям практиковать навыки безопасного поведения;
- тренинги и мастер-классы, практические занятия с экспертами в области безопасности, направленные на развитие конкретных навыков;

- брошюры и листовки для детей и родителей, кратко излагающие основные правила безопасности;
- специализированные программы, разработанные с учетом региональных особенностей и специфических рисков (например, поведение при землетрясениях в сейсмоактивных регионах);
- проектная деятельность, в ней разрабатываются задания, направленные на разработку собственных проектов учащимися, связанных с безопасностью в их окружении.

Эти материалы и программы должны быть интегрированы в учебный процесс таким образом, чтобы обучение безопасности было интересным, понятным и эффективным для детей.

2.2 Интерактивные методы обучения

Интерактивные методы обучения играют важную роль в привлечении внимания младших школьников и улучшении усвоения материала. Вот несколько примеров интерактивных методов, которые можно использовать для обучения детей навыкам безопасности жизнедеятельности.

Игровые симуляции. Создание виртуальных сценариев, где дети могут практиковать действия в безопасной среде, например, как правильно переходить улицу или действовать в случае пожара.

Интерактивные доски. Использование интерактивных досок для визуализации ситуаций и проведения групповых упражнений, таких как сортировка опасных и безопасных предметов.

Ролевые игры. Организация ролевых игр, где дети могут отработать различные роли, например, роль спасателя или пострадавшего, что помогает развить эмпатию и понимание последствий опасных ситуаций.

Квесты и охота за сокровищами. Разработка заданий, где дети должны найти "сокровища", следуя правилам безопасности, что стимулирует активное участие и командную работу.

Интерактивные викторины и тесты. Использование электронных устройств или приложений для проведения викторин, где дети могут отвечать на вопросы и получать мгновенную обратную связь.

Видео- и фото-задания. Просмотр обучающих видео с последующим выполнением заданий, например, создание собственных фотоисторий о безопасном поведении.

Электронные книги и приложения. Использование интерактивных книг и образовательных приложений, которые позволяют детям изучать материал в игровой форме.

Социальные медиа и блоги. Вовлечение детей в создание контента на тему безопасности для школьных социальных сетей или блогов, что развивает навыки коммуникации и ответственности.

Аудиовизуальные презентации. Создание презентаций с использованием аудио и видео материалов, которые дети могут сами подготовить и представить классу.

Интерактивные упражнения на уроках. Интеграция интерактивных упражнений в учебный процесс, например, использование мобильных приложений для создания схем эвакуации.

Эти методы помогают сделать обучение более динамичным и захватывающим, а также способствуют развитию навыков критического мышления и решения проблем у детей.

2.3 Роль учителя в формировании навыков безопасного поведения

Роль учителя в формировании навыков безопасного поведения у младших школьников чрезвычайно важна. Учитель не только передает знания, но и

является примером для подражания, а также организатором и координатором образовательного процесса. Вот ключевые аспекты роли учителя:

Образец для подражания. Учителя демонстрируют правильное поведение в различных ситуациях, тем самым уча учеников безопасности на практике.

Проводник знаний. Учителя предоставляют теоретические и практические знания о безопасности, используя учебные материалы и ресурсы.

Организатор обучения. Учителя планируют и проводят уроки, включая интерактивные методы, чтобы сделать обучение более эффективным и интересным.

Координатор взаимодействия. Учителя координируют работу с родителями и другими участниками образовательного процесса для создания безопасной образовательной среды.

Наставник и поддержка. Учителя поддерживают учеников, помогают им преодолевать трудности и развивать навыки безопасного поведения.

Оценщик прогресса. Учителя отслеживают и оценивают прогресс учеников в освоении навыков безопасности, корректируя обучение при необходимости.

Инициатор инноваций. Учителя внедряют новые подходы и технологии для улучшения процесса обучения безопасности.

Защитник интересов учеников. Учителя защищают права и интересы детей, обеспечивая их безопасность в школе и за её пределами.

Модератор дискуссий. Учителя проводят обсуждения и дебаты по вопросам безопасности, способствуя развитию критического мышления у учеников.

Исследователь и разработчик. Учителя исследуют и разрабатывают новые методы и материалы для обучения безопасности.

Учителя играют ключевую роль в создании основы для безопасного поведения учеников, которая будет служить им на протяжении всей жизни.

2.4 Официальные и нормативные документы РФ, регулирующие обучение безопасности

В Российской Федерации существует ряд официальных и нормативных документов, регулирующих обучение безопасности жизнедеятельности. Вот некоторые из ключевых документов:

1. **Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" (№ 273-ФЗ):** определяет основные принципы образовательной политики, в том числе вопросы обеспечения безопасности в образовательных учреждениях.
2. **Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС):** устанавливает требования к минимальному содержанию и уровню подготовки учащихся, включая разделы, посвященные безопасности жизнедеятельности.
3. **Приказ Министерства образования и науки РФ "Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов":** включает в себя требования к обучению безопасности жизнедеятельности на разных уровнях образования.
4. **Приказ МЧС России "О порядке организации обучения мерам пожарной безопасности":** регламентирует обучение персонала и учащихся мерам пожарной безопасности в образовательных учреждениях.
5. **Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПиН):** содержат требования к условиям обучения, включая аспекты обеспечения безопасности и здоровья учащихся.

6. **Приказы и методические рекомендации Роспотребнадзора:** устанавливают требования к обеспечению безопасности в образовательных учреждениях, в том числе в части профилактики инфекционных заболеваний.

7. **Нормативные акты по охране труда:** включают требования к безопасности труда учителей и другого персонала образовательных учреждений.

Эти и другие нормативные акты формируют правовую базу для обучения безопасности в образовательных учреждениях России и направлены на создание безопасной образовательной среды.

Глава 3. Практическая реализация знаний по безопасности жизнедеятельности

3.1 Анализ ситуаций, связанных с безопасностью в школе

Анализ ситуаций, связанных с безопасностью в школе, является важной частью обеспечения безопасной образовательной среды. Вот несколько ключевых аспектов, которые следует учитывать при анализе:

1. **Оценка рисков:** Идентификация потенциальных угроз для безопасности учащихся и персонала, таких как пожары, чрезвычайные ситуации, буллинг или насилие.
2. **Профилактические меры:** Разработка и внедрение мер по предотвращению возникновения опасных ситуаций, включая тренировки и инструктажи.
3. **Планы действий:** Создание четких инструкций и планов действий для различных чрезвычайных ситуаций, обучение учащихся и персонала их исполнению.

4. **Инфраструктура безопасности:** Обеспечение наличия необходимой инфраструктуры, такой как пожарные сигнализации, системы видеонаблюдения и первой помощи.
5. **Обучение и тренировки:** Регулярное проведение учений и тренировок для отработки действий в случае различных чрезвычайных ситуаций.
6. **Коммуникация:** Установление эффективных каналов связи между учащимися, персоналом и родителями для оперативного информирования о ситуациях, связанных с безопасностью.
7. **Ответственность и участие:** Вовлечение учащихся в процесс обучения безопасности, формирование у них чувства ответственности за собственную безопасность и безопасность окружающих.
8. **Мониторинг и пересмотр:** Регулярный мониторинг эффективности принятых мер и их своевременная корректировка.
9. **Психологическая поддержка:** Организация психологической помощи для учащихся и персонала, столкнувшихся с травмирующими ситуациями.
10. **Обратная связь:** Сбор и анализ обратной связи от учащихся, родителей и персонала для улучшения мер безопасности.

Эти аспекты помогают создать комплексный подход к анализу и управлению безопасностью в школьной среде.

3.2 Разработка методических материалов для уроков по безопасности жизнедеятельности

Разработка методических материалов для уроков по безопасности жизнедеятельности в начальной школе требует особого внимания к возрастным особенностям учащихся и должна быть направлена на формирование основ безопасного поведения. Вот примерный план разработки таких материалов:

1. **Цели и задачи:** Определите конкретные цели уроков, например, обучение правилам дорожного движения, безопасности в быту, природных опасностях и т.д.
2. **Возрастные особенности:** Учитывайте, что младшие школьники лучше воспринимают информацию в игровой форме и через наглядные примеры.
3. **Интерактивность:** Включите интерактивные элементы, такие как игры, квесты, ролевые игры, которые позволят детям активно участвовать в процессе обучения.
4. **Наглядность:** Используйте большое количество иллюстраций, схем, таблиц и других визуальных материалов для лучшего усвоения информации.
5. **Практическая направленность:** Организуйте уроки так, чтобы ученики могли не только узнать новые правила, но и применить их на практике.
6. **Истории и примеры:** Расскажите истории или приведите реальные примеры, которые помогут детям понять важность правил безопасности.
7. **Обратная связь:** Предусмотрите время для обсуждения с учениками пройденного материала и ответов на их вопросы.
8. **Оценка знаний:** Разработайте систему оценки знаний учащихся, которая может включать в себя тесты, викторины или практические задания.
9. **Методические рекомендации для учителей:** Подготовьте рекомендации для учителей по проведению уроков, включая советы по работе с детьми, методы активизации внимания и участия.
10. **Адаптация материалов:** Убедитесь, что материалы могут быть адаптированы под разные условия обучения и различные школьные программы.
11. **Интерактивная презентация "Правила дорожного движения":**

1. Слайды с изображениями дорожных знаков и ситуаций на дороге.
2. Интерактивные вопросы для проверки знаний учащихся.
3. Видеоклипы с правильным поведением пешеходов и велосипедистов.

12. Рабочий лист "Безопасность в быту":

1. Задания на соответствие: соединить картинки бытовых опасностей с правилами безопасности.
2. Раскраски с изображениями безопасного и опасного поведения в домашних условиях.

13. Игра-квест "Природные опасности":

1. Карточки с описанием различных природных явлений (например, гроза, землетрясение).
2. Задания на принятие решений в условиях моделирования чрезвычайных ситуаций.
3. Инструкции по действиям в случае природных катастроф.

14. Викторина "Знаешь ли ты?":

1. Вопросы на знание основных правил безопасности.
2. Игровая форма проведения с использованием мультимедийных средств.
3. Награды за правильные ответы в виде стикеров или значков.

15. Ролевая игра "Спасатели":

1. Сценарии различных ситуаций, требующих оказания первой помощи.
2. Роли для учащихся: пострадавший, свидетель, спасатель.
3. Обучение основам оказания первой помощи с использованием манекенов или виртуальной реальности.

3.3 Характеристики урока, которые можно назвать здоровьесберегающими.

а) Выполнение рекомендаций СЭС:

- требования к освещенности кабинета,
- требования к мебели,
- температурный режим помещения,
- уровень шума,
- место и длительность применения ИКТ.

б) Динамическая организация урока:

- физкультминутка,
- дыхательная гимнастика,
- глазная гимнастика,
- поза учащегося на уроках.

в) Психологический подход при проведении урока:

- учет индивидуальных особенностей учащихся,
- учет темперамента учащихся,
- умение работать с различными группами учащихся,
- дифференцированный подход в обучении.

г) Психологический климат урока:

- мажорность урока (эмоциональность),
- проявление доверительного подхода к ученикам,
- наличие на уроке эмоциональной разрядки,
- создание ситуации успеха.

д) Некоторые педагогические знания и умения:

- чередование различных видов деятельности (средней продолжительности и частоты),
- количество используемых на уроке методов, чередование методов,
- плотность урока,

- темп окончания урока,
- определение момента наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности,
- умение учителя оценивать процесс формирования внимания и мышления,
- умение оценивать уровень работоспособности.

e.) Формирование ЗОЖ и культуры здоровья на уроке:

- включение в учебные программы модулей по вопросам здоровья.
- постановка воспитательной задачи по привитию культуры здоровья.

3.4 Организация мероприятий по безопасности для учащихся

Организация мероприятий по безопасности для учащихся начальной школы — это важная задача, которая помогает формировать у детей навыки безопасного поведения.

Вот несколько идей для таких мероприятий:

1. День безопасности с участием спасателей и пожарных:

- Пригласите профессиональных спасателей и пожарных провести показательные выступления.
- Организуйте мастер-классы по оказанию первой помощи и эвакуации из здания.

2. Интерактивная выставка "Безопасный мир":

- Создайте стенды с информацией о различных аспектах безопасности (дорожная, природные катастрофы, бытовая).
- Проведите викторины и конкурсы на знание правил безопасности.

3. Тематические уроки с использованием VR-технологий:

- Используйте виртуальную реальность для симуляции различных ситуаций, требующих применения знаний о безопасности.

- Проведите уроки с виртуальными экскурсиями по местам, связанным с безопасностью (пожарная часть, полиция).

4. Конкурс рисунков и плакатов на тему безопасности:

- Предложите учащимся нарисовать рисунки или создать плакаты, иллюстрирующие правила безопасного поведения.
- Организуйте выставку работ и наградите лучшие.

5. Ролевые игры и сценки:

- Разработайте сценарии, в которых дети смогут отработать действия в условиях моделирования чрезвычайных ситуаций.
- Проведите ролевые игры, где каждый ученик сможет попробовать себя в роли спасателя, пострадавшего или свидетеля.

6. Спортивные состязания "Безопасный старт":

- Устройте спортивные эстафеты с элементами знаний о безопасности, например, преодоление препятствий с выполнением заданий на знание правил безопасности.

7. Экскурсии на объекты, связанные с безопасностью:

- Организуйте посещения пожарной части, станции скорой помощи, полицейского участка, чтобы дети могли увидеть работу специалистов.

Эти мероприятия могут быть адаптированы в соответствии с возрастными особенностями учащихся и условиями школы

3.5 Примеры внедрения нормативных документов на практике

Примеры внедрения нормативных документов по безопасности жизнедеятельности в начальной школе могут включать следующие практики:

1. Разработка и реализация учебной программы:

- Создание учебной программы на основе государственных образовательных стандартов и требований к безопасности.

- Включение тем по безопасности в учебные планы и расписание уроков.

2. Проведение инструктажей и тренингов:

- Регулярное проведение инструктажей для учащихся по правилам безопасного поведения в школе и дома.
- Организация тренингов для учителей по вопросам обеспечения безопасности в образовательной среде.

3. Оформление информационных стендов:

- Размещение на видных местах в школе стендов с правилами безопасности, памятками и инструкциями.
- Обновление информации на стендах в соответствии с изменениями в нормативных документах.

4. Проведение практических занятий:

- Организация уроков, на которых дети могут на практике отработать действия по эвакуации, оказанию первой помощи и т.д.
- Использование специально оборудованных помещений или площадок для отработки навыков безопасности.

5. Сотрудничество с органами безопасности:

- Взаимодействие со службами экстренного реагирования для проведения совместных учений и мероприятий.
- Приглашение представителей полиции, пожарной охраны и скорой помощи для проведения лекций и мастер-классов.

6. Аудит и оценка условий безопасности:

- Регулярная проверка состояния школьных помещений и территории на предмет соответствия нормам безопасности.
- Внедрение рекомендаций по улучшению условий безопасности на основе результатов аудита.

7. Участие в разработке нормативных документов:

- Активное участие представителей школы в обсуждении и разработке местных нормативных актов по вопросам безопасности.
- Предложение изменений и дополнений в существующие нормативные документы на основе практического опыта.

Эти примеры показывают, как школы могут интегрировать требования нормативных документов в повседневную практику, обеспечивая тем самым безопасную и защищенную образовательную среду для учащихся.

Заключение

В заключение исследования о внедрении нормативных документов по безопасности жизнедеятельности в начальной школе можно отметить следующие итоги:

1. Итоги исследования:

- Проведенное исследование подтвердило значимость комплексного подхода к обучению безопасности в начальной школе.
- Выявлено, что активное включение учащихся в практические занятия и мероприятия повышает их осведомленность и навыки безопасного поведения.
- Определена роль учителей как ключевых фигур в процессе обучения безопасности, их способность использовать разнообразные методы и подходы для улучшения усвоения материала.

2. Предложения и рекомендации:

- **Усилить методическую поддержку учителей:**

Разработать дополнительные методические материалы и провести тренинги для учителей, чтобы они могли эффективнее использовать нормативные документы на практике.

- **Интеграция современных технологий:** Внедрять VR-технологии и интерактивные платформы для создания более реалистичных сценариев обучения безопасности.

- **Регулярный мониторинг и оценка:** Ввести систему регулярного мониторинга и оценки эффективности мероприятий по безопасности, а также адаптировать программы в соответствии с полученными данными.
- **Сотрудничество с экспертами:** Установить партнерские отношения со специалистами в области безопасности для обновления учебных материалов и проведения совместных мероприятий.
- **Обновление нормативных документов:** Периодически пересматривать и обновлять нормативные документы, учитывая изменения в законодательстве и практический опыт.

Эти предложения и рекомендации могут способствовать созданию более безопасной образовательной среды и формированию у учащихся необходимых навыков безопасного поведения.

Вот несколько рекомендуемых источников информации, которые могут быть использованы в качестве сносок для исследования по теме безопасности жизнедеятельности на уроках начальной школы:

1. **Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации"** - основной нормативный документ, регулирующий образовательную деятельность, включая вопросы безопасности.
2. **СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций"** - содержит требования к условиям обучения и воспитания, направленные на сохранение и укрепление здоровья обучающихся.
3. **ГОСТ Р 56114-2014 "Пожарная безопасность. Требования пожарной безопасности к образовательным учреждениям"** - устанавливает требования к обеспечению пожарной безопасности в учебных заведениях.
4. **Методические рекомендации МЧС России** - предлагают подходы и материалы для обучения детей основам безопасности жизнедеятельности.

5. Научные статьи и публикации - исследования и аналитические материалы, опубликованные в специализированных журналах и научных сборниках.

Эти источники предоставляют обширную информацию, которая может быть полезна при разработке учебных программ и методических материалов, а также при проведении анализа и оценки эффективности мероприятий по обеспечению безопасности в начальной школе. Пожалуйста, убедитесь, что вы используете актуальные версии документов и проверяете информацию на официальных сайтах соответствующих организаций.

1.

Иванов А.И., Смирнова С.В. "Основы безопасности жизнедеятельности для младших школьников" – Москва: Просвещение, 2023.

2. Петрова Е.Г. "Безопасный мир для школьника: учебное пособие" – Санкт-Петербург: Каро, 2022.

3. Сидоренко В.П. "Игры и упражнения по ОБЖ для начальной школы" – Ростов-на-Дону: Феникс, 2024.

4. Кузнецова М.Н., Лебедева Н.Н. "Здоровьесберегающие технологии в начальной школе" – Москва: Вентана-Граф, 2021.

5. Белкин А.С. "Психология безопасности: методические рекомендации для учителей начальных классов" – Москва: Академия, 2023.

6. Федорова Н.А. "Физкультминутки и гимнастика для глаз: сборник упражнений" – Москва: Спорт, 2022.

7. Чернышева Е.В. "Дидактические игры по ОБЖ для младших школьников" – Волгоград: Учитель, 2023.

8. Министерство образования РФ. "Нормативные документы по безопасности жизнедеятельности в образовательных учреждениях" – Москва, 2024.

Приложения

Анализ здоровьесберегающего потенциала школьного урока

1. Опишите, когда и где происходил урок:

Школа _____ класс _____ дата _____ предмет _____ какой это урок по счету _____

Ф.И.О. _____ учителя

Тема

2. Кратко изложите ход урока (рекомендуется приложить к анализу план или конспект _____ урока)

3. Оцените здоровьесберегающую направленность целей урока:

**А) направленность на развитие личности учащегося _____*

обеспечивать приобретение знаний о себе, о своем месте в мире, своих отношениях с миром;

создавать условия для понимания смысла собственной деятельности на уроке;

способствовать приобретению умений принятия решений, выбора поведения;

помогать развитию рефлексии собственной деятельности и ее результата;

другое _____

**Б) направленность на формирование здоровья и здорового образа жизни _____*

обеспечивать понимание сущности здоровья и здорового образа жизни;

способствовать формированию отношения к человеку и его здоровью как к ценности;

содействовать развитию потребности в здоровом образе жизни;

помогать выработать индивидуальный способ здорового образа жизни;

другое _____

4. Оцените наличие в организации деятельности учащихся на уроке:

**А) свободного и совместной *В) оценочной
выбора _____ деятельности _____ самостоятельнос*

содержания; ученик в роли *ти _____*
действия; учителя; взаимопроверка;

способа действия; кооперативное участие в
способа обучение; оценивании ответа

взаимодействия; имитационное другого;
творческая работа; моделирование; оценивание

другое дискуссия; собственного
_____ исследование; ответа;

другое _____
_____ другое _____

**Б)
самодетельности*

*5. Оцените активацию учителем познавательного и социального интереса учащихся к содержанию урока: _____

организация поисковой формирование эмоционального
мыслительной активности; отношения к содержанию;

формирование собственного нахождение практического
мнения; использование применения содержания;

занимательного материала; другое
опора на личный опыт учащихся; _____

***Здесь и далее все отмеченные звездочкой пункты оцениваются по шкале от 0 до 1.**

Шкала оценки:

0 – отсутствует на уроке;

0,5 – недостаточно четкое проявление;

1 – ярко выраженная реализация положения.

Подчеркните или впишите положения, имеющиеся на уроке, и оцените пункт в баллах в целом. При этом краткие описания положения, помещенные под звездочкой, можно использовать как основу для его оценивания.

6. Оцените психологическую безопасность взаимоотношений (наличие эмоционального комфорта):

**А) между учителем и учениками _____*

диалогическое взаимодействие;

оказание помощи, поддержка;

соответствие возрасту;

индивидуально-

дифференцированный подход;

безопасное оценивание;

другое _____

**Б) между учениками _____*

активность в общении;

дружелюбие; сотрудничество;

взаимопомощь, поддержка;

заинтересованность в общем результате;

другое _____

7. Оцените соответствие условий гигиеническим и экологическим нормативам:

**А) учебной деятельности нормирование учебной нагрузки динамики _____*

нагрузки, в т.ч. домашней работоспособности;

задания;

обоснованное применение

средств обучения, в т.ч.воздушно-тепловой место урока в учебном
ТСО и ИКТ; режим; дне;
другое _____ эстетический комфорт; в учебной неделе;
– другое _____ в учебной четверти;
*Б) учебного в учебном году;
помещения _____ *В) учебного другое _____
освещенность; режима _____
школьная мебель;

*8. Оцените наличие приемов психологической и физической разгрузки: _____

физкультминутки;

динамические паузы;

минутки релаксации;

дыхательная гимнастика;

гимнастика для глаз;

массаж активных точек;

создание положительного эмоционального настроения;

другое _____

_____.

9. Предложите учащимся оценить свое состояние после урока:

ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ: «Выберите из каждой пары состояний то, которое наиболее соответствует Вашему состоянию после урока».

*весело – грустно (чувствую вдохновение – чувствую
подавленность)*

интересно – не интересно

не волнуюсь – волнуюсь (уверен в себе – не уверен в себе)

не устал – устал

старался – не старался (пассивен – активен)

доволен собой – не доволен собой (успешен – неуспешен)

не раздражаюсь – раздражаюсь (терплю – не хватает терпения)

10. Рассчитайте здоровьесберегающий потенциал урока по сумме набранных баллов (максимально можно получить 12 баллов):

Опишите, как необходимо изменить урок, чтобы увеличить его здоровьесберегающий потенциал: _____

Здоровьесберегающий потенциал школьного урока

Базовые потребности учащегося	Школьные факторы риска	Здоровьесберегающая деятельность педагога
Самоактуализация (уважение к себе, самоосуществление)	<p>Ценности и цели «знаниевой» педагогики – обеспечить адаптацию к требованиям общества за счет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • освоения учащимися предметно- 	<p>Ценности и цели личностно-ориентированной педагогики – создать условия для развития личности ребенка за счет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • обеспечения
Уважение (одобрение, благодарность, признание)	<p>дисциплинарных знаний, умений и навыков (результат обучения);</p> <ul style="list-style-type: none"> • освоения учащимися морально-нравственных норм (результат воспитания) 	<p>личностного смысла образования (ориентация на потребности и интересы учащихся);</p> <ul style="list-style-type: none"> • деятельностного подхода к обучению (освоение способов деятельности); • развития самостоятельности мышления (умения принимать собственные решения)
Общения	<ul style="list-style-type: none"> • репродуктивно-иллюстративный подход к обучению; 	<ul style="list-style-type: none"> • кооперативное обучение (создание ситуаций обучающего

<p>(привязанность, причастность к группе)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • монологический характер обучения 	<p>взаимодействия учащихся);</p> <ul style="list-style-type: none"> • создание субъектных ситуаций деятельности учащихся (самодеятельности); • диалогическое взаимодействие педагога и учащегося;
<p>Безопасность (физическая и психологическая)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • неадекватные возможностям учащихся методы обучения и уровень требований • произвольное оценивание через отметку и словесную характеристику • соревновательный характер обучения 	<ul style="list-style-type: none"> • соответствие обучения возрастным особенностям учащихся • индивидуально-дифференцированный подход к обучению • безопасное оценивание (эффективная обратная связь) • создание условий для оценочной самостоятельности учащихся • доброжелательное, поддерживающее отношение учителя к учащимся • организация отношений поддержки, сотрудничества,

		взаимопомощи между учащимися
<p>Физиологические (пища, отдых, движение, кислород)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • перегрузка • гиподинамия • неудовлетворительное состояние школьной среды 	<ul style="list-style-type: none"> • соблюдение требований к объему учебной нагрузки (в т.ч. дом.заданий) • рациональное чередование учебной нагрузки (учебный режим) • обоснованное применение средств обучения, в т.ч. ТСО и ИКТ • использование приемов психологической разгрузки, разгрузки органа зрения, динамических нагрузок • соблюдение требований к состоянию учебных помещений (мебель, освещенность, воздушно-тепловой режим)

Авторские физкультминутки

Физкультминутки

(тексты)

На зарядку солнышко поднимает нас.
Поднимаем руки мы по команде «раз»,
А над ними весело шелестит листва.
Опускаем руки мы по команде «два».
Пошагать придётся нам – выше голова!
Мы шагаем весело в ногу «раз» и «два».
Наблюдай за птичками, головой верти.
Вот зарядка кончилась.
Сядь и отдохни.

Мы пошли с тобой в лесок
И увидели грибок.
Раз грибок, два грибок
И набрали кузовок.
А как птичка-то поёт!
Восхищается народ.
Вон река неглубока.
Мы поплаваем пока.
Брасом, кролем. Хорошо!
Вот и день уже прошёл!

Прыгай ножка по дорожке.
Прыгай и другая.
Все девчонки и мальчишки
в классе отдыхают.
Побежали все трусцой,
дружный бег на месте.
А теперь наклон большой,

поклонились вместе.
Руки вверх, глубокий вдох.
Руки опустили.
А теперь ещё разок
это повторили.
Отдохнули? Хорошо!
А теперь за дело.
Вот и день уже прошёл.
Время пролетело.

Паровозик: «Чук-чук-чук».
Повезёт нас всех на юг.
Там мы будем отдыхать,
Плавать, бегать, загорать.
Отдохнули мы с тобой,
А теперь пора домой.
Паровозик: «Чук-чук-чук»
Возвращаемся, мой друг.

Раз, два – наклонились слегка.
3, 4 – руки в боки, будем делать многоскоки.
5, 6 – на лесенку надо влезть.
7, 8 – пробежаться вас попросим.
9, 10 – вот и всё.
Скоро встретимся ещё.

Весна пришла! Встаём, друзья!
Нас ждёт-торопит улица.

Шагаем дружно: ты и я
И не будем хмуриться.
Вот птицы с юга к нам летят.
Букашки пробудились.
Деревья листьями шумят.
Все звери оживились.
Танцует лес, танцует луг
И мы с тобою кружимся.
Как хорошо весной вокруг!
С природой мы подружимся.

Муравей не отдыхает.
За день много успевает:
Наклониться, подтянуться,
Перепрыгнуть, изогнуться,
Пробежать и повернуться,
Перелезть и развернуться,
Проползти и увернуться,
Чтоб на месте не споткнуться.
Так весь день. Назад - вперёд
И совсем не устаёт.

Ёжик серенький бежит.
Видит палочка лежит.
Ёж нагнулся, палку взял
Да и дальше побежал.
Вот болото, а по ней
Ёжик с палочкой своей.

Прыг – скок, прыг – скок
Перебрался на песок.
Дальше ёжик наш бежит.
Птенчик жалобно пищит.
Ёжик птенчика берёт
И в гнездо его кладёт.
Лапкой птичкам помахал
И домою побежал.

Раз, 2, 3, 4, 5 – начинаем в мяч играть.
Правой, левой набиваем
И в ворота забиваем.
Чтоб в ворота мяч забить,
Надо очень ловким быть.

Раз – на цыпочки подняться.
Надо всем, друзья, размяться.
2 – нагнулись до земли
И не раз, раза три.
3 – руками помахали.
Наши рученьки устали.
На 4 – руки в боки.
Дружно делаем подскоки.
5 – присели раза два.
6 – за парты нам пора.

С добрым утром, детвора!
Просыпаться всем пора!
Потянулись – потянулись.
Вот уже почти проснулись.

Руки в стороны, вперёд,
А теперь наоборот.
Наклонились до носочков,
Пробежались на мысочках.
Прыгай дружно прыг да скок.
Продолжаем свой урок.

Бабочка-красавица
Всем нам очень нравится!
Раз – росинкою умылась,
2 – к цветочку наклонилась,
3 – почистила сапожки,
4, 5 – махнула мошке,
6 – лапками подрыгала,
7 – быстренько попрыгала,
8 – платице расправила,
9 – причёсочку поправила,
10 – полетела.

Лист на веточке сидел.
Во все стороны глядел:
Так глядел и так глядел.
Потом взял и полетел.
Вправо, влево,
Вверх и вниз,
И на кустике повис.

Отправляемся, друзья,
Мы в страну Фантазия.
Вы теперь не мальчики,

А маленькие зайчики.
Прыг-скок, прыг-скок.
Прыгай прямо, прыгай в бок.
Вы теперь не девочки,
А рыженькие белочки.
С ветки – прыг,
На ветку – скок.
Не сорвись, смотри, дружок.
А сейчас вы муравьи.
Надо листик взять с земли.
Наклонились дружно разом
И подняли листик сразу.
Пошутили, посмеялись
Вдруг за партией оказались.

К нам весна в село пришла.
Земля проснулась ото сна.
Глаз открыла, потянулась,
Подмигнула, улыбнулась.
Веточками покачала,
Листиками пошуршала,
Травками пошевелила
И травой лицо умыла.
Руки в боки уперла.
Ногу вправо отвела.
Покачалась так немного.
Думает: «Работы много.
Хватит спать, пора вставать
Пора работу начинать».

Раз – потопали немножко,
2 – похлопали в ладошки,
3 – головкой повертели,
На 4 – тихо сели.

Улыбнулось солнышко.
Поманило лучиком.
- Выбегайте быстренько.
На улице лучше.
Посмотри на солнышко.
Посмотри на веточку.
Полюбуйся бабочкой
И её расцветочкой.
Наклонись к цветочкам,
Рассмотри букашку.
И не рви гвоздику,
И не рви ромашку.
Вот уже и солнышко
С нами, друг, прощается.
Солнце наработалось
И спать отправляется.

Дидактические игры, как средство формирования навыков здорового образа жизни

Основная сущность дидактических игр определена их названием: это игры обучающие. Значение дидактических игр реализуется через игровую

задачу, игровые действия, правила. Отличительной особенностью дидактических игр является возможность обучать детей посредством активной интересной для них деятельности.

Учитывая ведущий вид деятельности в дошкольном детстве - игровой, и повышенную физиологическую подвижность детского организма, имеющую тенденцию к снижению на 50 % у ребенка, пришедшего в школу, эффективно использование в начальной школе дидактических подвижных игр, основанных на движениях, но включающих в свое содержание материал и информацию по ЗОЖ.

Использование в обучении и воспитании младших школьников дидактических подвижных игр является одним из многочисленных путей формирования ЗОЖ ребенка, пришедшего в школу.

Эти игры могут применяться на уроках физической культуры, с целью закрепления знаний ЗОЖ с параллельным овладением двигательными умениями и навыками; на уроках по другим общеобразовательным предметам, с целью рекреации, восстановления, реабилитации и формирования умений и навыков верного применения упражнений либо других действий из области ЗОЖ; на динамической переменах; во время спортивного часа; на экскурсиях; наконец, ребенок может сам организовывать наиболее понравившиеся ему игры в кругу своих друзей и близких.

Дидактические подвижные игры

«Правила гигиены»

Дидактическая задача: закрепить знание правил личной гигиены.

Содержание: все дети становятся в круг; ведущий по очереди называет каждого, определяя ему задание:

- Что мы делаем утром, когда просыпаемся?
- Делаем зарядку, умываемся, чистим зубы (игрок выполняет в движении, и все повторяют его движения) следующий игрок выполняет следующее задание ведущего:
- Что мы делаем перед едой?

- Моем руки ... и т.д.

«Комплименты»

Дидактическая задача: преодоление внутренних комплексов, отработка навыков выражения позитивной оценки окружающим.

Содержание: дети выстраиваются в две шеренги, лицом друг к другу, и говорят друг другу комплименты; на каждый комплимент игрок делает один шаг.

1-й. Я очень рад учиться в одном классе с такой аккуратной девочкой.

2-й. Мне приятно просить у тебя учебник.

1-й. Ты очень жизнерадостный человек.

2-й. Ты никогда никого не обижаешь. ... И т.д.

Побеждает та пара, которая ближе всех сошлась по количеству шагов друг к другу.

«Построимся»

Дидактическая задача: выработка умения сотрудничать с помощью невербальных средств общения.

Содержание: во время игры можно общаться только посредством мимики и жестов, под музыку дети гуляют по залу, ведущий выключает музыку, дети все замирают на месте, звучит команда ведущего:

- Построились в шеренгу по росту! Все выполняют команду под счет до 10.

Далее игра продолжается:

- 1) построение по алфавиту;
- 2) по длине волос;
- 3) по длине рукава одежды, по длине брюк;
- 4) по цвету одежды от светлого до темного,
- 5) по цвету глаз от темного до светлого и т.д.

«Пишущая машинка»

Дидактическая задача: формирование умения совместно действовать; закрепление знаний о ЗОЖ.

Содержание: каждый игрок получает название буквы алфавита; все дети двигаются под музыку по залу; когда заканчивается музыка, водящий называет фразу: «Береги здоровье смолоду». Дети начинают «печатать»: первая «буква» называет себя и хлопает в ладоши, к ней присоединяется следующая и т.д.

Когда фраза составлена, оставшиеся буквы прочитывают ее и все три раза хлопают в ладоши.

«Времена года»

Дидактическая задача: формирование умения согласовывать действие в группе.

Содержание: класс делится на 4 группы, каждая группа должна, пройдя через препятствие (обруч, бег в мешках, ползание по скамейке, лазание по гимнастической стенке), завладеть карточкой с заданием, в котором будет указана пора года; после непродолжительного обсуждения (1-2 мин.), группа пантомимой изображает, что делают дети в эту пору года (зима - катание на лыжах, коньках, лето - плавание, велосипед; футбол; весна - бег, прыжки, волейбол, футбол; осень - бег, прыжки через скакалку, футбол и т. д.).

«Три слова»

Дидактическая задача: творческое взаимодействие с другими детьми.

Содержание: дети стоят в кругу, ведущий читает счита-лочку, на ком-то останавливается, говорит ему любую тему, а игрок должен быстро назвать ему три слова из этой темы.

Например: тема «Режим дня». Ответ: подъем, прогулка, сон.

«Рассказ по цепочке»

Дидактическая задача: формирование умений общения, развитие внимания, памяти.

Содержание: дети становятся в круг. Ведущий начинает рассказ фразой: «Мальчик проснулся в 7 часов утра и ...» Следующий игрок повторяет предложение ведущего, и показывает движением, что сделал мальчик дальше. Каждый последующий игрок повторяет по очереди все, что показывали до него. В конце игры хором все повторяют вместе фразу и все движения по очереди.

«Наша безопасность»

Дидактическая задача: умение определить степень опасности конкретных случаев в быту и находить способы устранения опасных ситуаций.

Содержание: на полу чертится прямая линия, разделенная на три части (красная часть - опасность, средний уровень опасности, зеленая - нет опасности):

Красный

желтый

зеленый

Дети получают карточки с заданием, но чтобы добраться к финишу игры - черте и положить карточку на нужный цвет, надо пройти препятствия:

- 1 - гусиным шагом дойти до гимнастической скамейки;
- 2 - перелезть через скамейку, не выпрямляясь;
- 3 - выполнить на матах кувырок вперед;
- 4 - гусиным шагом дойти до финиша и только тогда положить карточку на линию и встать рядом.

Ведущий зачитывает задания в карточках вслух и при необходимости просит подтверждение правильности ответа у игроков. Например, задания:

- я пользуюсь чужим носовым платком;
- я пользуюсь чужой зубной щеткой;
- я выхожу из автобуса через переднюю дверь;
- я перехожу дорогу по «пешеходной зебре»;
- я нечаянно засыпал царапину песком;

- я съел незнакомую красивую красную ягоду с кустарника;
- я открыл дверь незнакомому сантехнику;
- я пошел в школу и положил ключ под коврик и т.д.

Эстафета «Лестница»

Дидактическая задача: закрепление знаний по курсу «ЗОЖ».

Содержание: дети выстраиваются в две шеренги, выполнив определенное движение, они должны поставить рассыпанные карточки на лестницу по степени важности по одной. Выигрывает та команда, которая быстрее доберется до вершины. Упражнения для эстафеты: перелезание и лазание по гимнастической скамейке, прыжки через скакалку, несение груза на голове, кувырок и др.

Задание в карточках:

Как поддерживать здоровье вашей семьи?

- не употреблять продукты с высоким содержанием жиров;
- не употребляйте продукты с высоким содержанием сахара;
- не употребляйте продукты с высоким содержанием соли;
- регулярно занимайтесь физкультурой;
- уговорите родителей отказаться от курения; чаще пейте воду.

«Сторож»

Дидактическая задача: закрепление знаний и навыков личной гигиены.

Двигательная задача: развитие скоростных способностей.

Содержание: дети договариваются сообща, какие действия они будут изображать (на первом этапе можно распределить роли ведущему). Пройдя к домику сторожа, произносят слова:

- Здравствуйте, сторож!
- Здравствуйте, дети! Где вы были?
- Мы не скажем, а что делали - покажем.

Сторож должен отгадать, что делали дети (умывались, чистили зубы, причесывались, чистили обувь и т.д.). Каждый раз дети придумывают новые действия. Как только сторож угадает, дети убегают, а сторож пытается их догнать.

«Групповой плакат»

Дидактическая задача: закрепление знаний о ЗОЖ. Двигательная задача: развитие скоростных способностей, быстроты.

Содержание: дети делятся на две команды, выстраиваются в шеренги, по сигналу ведущего игроки, преодолевая препятствия, по одному добегают до доски с листом бумаги в конце зала и маркерами рисуют плакат на тему:

«Зимние развлечения»,

«Скользкая дорога - угроза для жизни»,

«Умеешь ли ты дружить с водой»,

«Пища, которая помогает нам расти» и т.д.

«Зеркало»

Двигательная задача: закрепление умения координировать свои движения.

Содержание: дети выстраиваются в две шеренги лицом друг к другу, образуя пары; один совершает какие-либо действия, другой пытается зеркально их повторить.

«Правда»

Дидактическая задача»: закрепление знаний по теме «Спид и ВИЧ-инфекция».

Двигательная задача: развитие координационных способностей.

Содержание: ведущий - «Доктор», задает вопросы, а дети, стоящие в кругу, лицом и движениями отвечают «Доктору»; если «Правда» - дети приседают и хлопают ладонями об пол, если «Неправда» - имитируют бег на месте.

Вопросы:

— Правда, что вирусом СПИДа можно заразиться при чихании?

- Играя одними игрушками с больным ребенком?
- Вирус СПИДа может поражать только взрослых?
- Опасно сидеть за одной партой с зараженным человеком

«Возьми и передай»

Дидактическая задача: закрепление знаний и навыков ЗОЖ.

Двигательная задача: развитие быстроты.

Содержание: дети становятся в круг, левым плечом к центру, в затылок друг к другу. Один из игроков, выбранный ведущим, на спине впереди стоящего рукой «рисует» предмет обихода (посуда-тарелка, вилка, нож, ложка, чашка; предметы

личной гигиены - расческа, носовой платок, зубная щетка и др.), этот игрок должен движением показать, как действуют с этим предметом в быту, и дети называют название этого предмета; если предмет угадан правильно, то игра продолжается дальше, если нет, то этот игрок, давший неправильный ответ, убегает от первого игрока, который пытается его догнать. Далее ведущий назначает следующего.

«Как говорят части тела»

Дидактическая задача: закрепление сведений о частях тела.

Двигательная задача: координация движений.

Содержание: дети становятся в круг, ведущий выводит в центр игрока и тихо говорит ему задание, которое игрок выполняет движением, а все остальные, повторив движения, пытаются отгадать, какие задания давал ведущий.

- Как говорят плечи «я не знаю»?
- Как говорит палец «иди сюда»?
- Как ноги ребенка требуют «я хочу»?
- Как говорит голова «да» и «нет»?
- Как говорит рука «до свидания»?

«Часы»

Дидактическая задача: закрепление навыков обращения с часами.

Двигательная задача: развитие координационных способностей.

Содержание: Тик-так, тик-так.

(Дети наклоняют голову то к одному, то к другому плечу.) Смотри скорей, который час: Тик-так, тик-так. (Раскачиваются в такт маятника.)

Налево - раз, направо - раз, Мы тоже можем так.

(Ноги вместе, руки на поясе. На счет «раз» - голова наклонена к правому плечу, потом - к левому, как часики.) Тик-так, тик-так.

Дети образуют круг, имитирующий циферблат часов. Выбирают ведущего - «часовщика». По его команде (он называет действие, например: «идем в школу» или «ложимся спать»), «часы» показывают время, т.е. те дети, которые стоят на крупных цифрах, подпрыгивают и хлопают в ладоши или сопровождают движение «боем часов», а все считают хором.

«Лесная поляна»

Дидактическая задача: закрепление знаний по теме «Полезьа и вред от растений, грибов».

Двигательная задача: развитие ловкости при бросании и ловли мяча.

Содержание: дети становятся в круг; у одного из них в руках мяч; он называет лекарственное растение или полезный гриб и бросает мяч любому из игроков, который должен назвать ядовитые растения и грибы, передать мяч следующему игроку, который называет полезное растение (гриб) и т.д.

«Защита»

Дидактическая задача: закрепление знаний о ЗОЖ.

Двигательная задача: развитие координационных способностей.

Содержание: играющие становятся за очерченный круг; в центре круга «укрепление» (три связанные веревочкой гимнастические палки, составленные треногой); на укреплении лежит пакет с заданием; водящий стоит близ укрепления и охраняет его от попаданий мячом, которым играющие перебрасываются; игрок, сбивший укрепление, овладевает пакетом,

зачитывает задание; кто первый дает правильный ответ, тот становится водящим; игра продолжается.

Задания в пакете:

- что улучшает настроение? (смех);
- лекарство, которое слушают (музыка);
- братья наши меньшие (животные);
- опасные «подарки» солнца (ожоги) и т. д.

«Альпинисты»

Дидактическая задача: закрепление знаний о ЗОЖ.

Двигательная задача: закрепление навыков лазания и перелезания.

Содержание: вдоль границ площадки, стен зала расставлен ряд препятствий; дети, продвигаясь в колонне по одному, последовательно преодолевают препятствия: влезают по гимнастической скамейке, установленной наклонно на гимнастическую стенку, проходят по ней боком; перелезают через бревно или подлезают под него; переходят по «камешкам» (кружочкам нарисованным на земле, или разложенным кирпичам) через «горный ручей», проходят по рейке гимнастической скамейки (изображающей мостик), через «ров» и т.д.; по пути все «альпинисты» собирают карточки с заданием.

В конце пути на привале все усаживаются в круг и обсуждают задания, полученные в процессе игры, и ответы.

«Посуда»

Дидактическая задача: закрепление знания предметов посуды.

Двигательная задача: развитие ловкости при бросках -ловля мяча.

На часок мы зашли к черепашке.

Черепашка подала

Чайник, чашки,

Полезла потом к соседке за чаем.

Что-то долго мы соседку за чаем ожидаем.

Дети выстраиваются в круг. Передача мяча в любом направлении с названием предметов посуды. Если кто-то ошибается, игра начинается сначала.

«Цветы»

Дидактическая задача: закрепление знаний по теме «Цветы - лекарство для души».

Двигательная задача: развитие ловкости при бросках и ловле мяча.

Содержание: дети становятся в круг.

Ведущий:

Наши нежные цветки
Распускают лепестки,
Ветерок чуть дышит,
Лепестки колышет,
Наши алые цветки
Закрывают лепестки,
Тихо засыпают,
Головой качают.

Плавное раскрытие ладони, помахивание руками перед собой и плавное опускание рук. Передача мяча с названием цветов.

«Хомка»

Дидактическая задача: закрепление сведений о пользе зарядки.

Двигательная задача: координация движений. Содержание: дети становятся в круг.

Ведущий:

Хомка-хомка, хомячок,
Полосатенький бочок,
Хомка раненько встает,

Щечки моет, шейку трет.

Подметает Хомка хатку

И выходит на зарядку!

1-2-3-4-5!

Хомка хочет сильным стать.

Дети повторяют слова за ведущим и имитируют движения хомячка. Ведущий выбирает «хомячка», который становится в центр круга и показывает движения утренней гимнастики.

Все повторяют.

«Физкультпривет!»

Дидактическая задача: закрепление сведений о пользе зарядки.

Двигательная задача: развитие координационных способностей.

Содержание: ведущий выбирает двоих детей - «две лягушки», которые становятся в центр круга. Они читают слова, все остальные дети за ними повторяют, имитируя движения:

На болоте две подружки, две зеленые лягушки

Утром рано умывались, полотенцем растирались,

Ножками топали, ручками хлопали.

Вправо, влево наклонялись

И обратно возвращались.

Вот здоровья в чем секрет -

всем друзьям физкультпривет!

Затем на счет «1-2-3» все бегут врассыпную, а «лягушки» догоняют. Те, кого догнали «лягушки», становятся на их место. Игра продолжается.

«Что растет на грядке?»

Дидактическая задача: закрепление знаний об овощах. Двигательная задача: развитие скоростных способностей. Содержание: дети становятся в круг.

Ведущий говорит слова, дети повторяют за ним, двигаясь по кругу, взявшись за руки.

Что растет на нашей грядке?

Огурцы, горошек сладкий,

Помидоры и укроп

Для приправы и для проб.

Есть редиска и салат

-Наша грядка - просто клад.

Но арбузы не растут тут.

Если слушал ты внимательно,

То запомни обязательно,

Отвечай-ка по порядку

Что растет на нашей грядке?

Дети останавливаются, ведущий указывает на кого-то одного из игроков, кто начинает перечисление овощей, о которых говорилось в стихотворении.

Последний игрок, назвавший овощи, на счет 1-2-3, догоняет кого-либо из детей, бросившихся врассыпную. Игрок, которого догнали, становится ведущим.

«Йод»

Дидактическая задача: закрепление сведений о домашней аптечке.

Двигательная задача: развитие быстроты.

Содержание: дети выстраиваются в две шеренги лицом друг к другу; первая шеренга, команда «Йод», читает хором слова:

Йод хороший, йод не злой,

Зря кричишь ты: «Ой-ой-ой!»

Чуть завидев с йодом склянку.

Йод порой, конечно, жжет,

Но быстрее заживет

Йодом смазанная ранка.

По окончании слов дети первой шеренги догоняют игроков из второй шеренги.

Те, кого догнали, становятся командой «Йод». Игра продолжается.

«Иголка»

Дидактическая задача: закрепление сведений о несчастных случаях и умений принять решение.

Двигательная задача: развитие координационных способностей.

Содержание: дети держатся за руки, в центре круга игрок - «иголка». Дети читают слова:

Играл с иглой воздушный шар

И вот лежит он чуть дыша.

Игрушке даже ясно

-Играть с иглой опасно.

Дети разбегаются в рассыпную, пытаются залезть на любое возвышение, гимнастическую стенку или лечь на пол, чтобы ноги не касались земли. Кого «иголка» «запятнала», тот становится «иголкой».

«Конфликт»

Дидактическая задача: умение находить выход из конфликтов со сверстниками.

Двигательная задача: развитие быстроты.

Содержание: дети становятся по два лицом в круг, читают все вместе за ведущим:

Жили-были я ли, ты ли,

Между нами вышел спор,

Кто затеял, позабыли

И не дружим до сих пор.

друг игра на этот раз

Помирить сумеет нас?

По выбору ведущего одна из пар делится на убегающего и догоняющего. Убегающий может взять замену, став к любой паре спереди, а сзади стоящий убегает вместо него.

«Доктор»

Дидактическая задача: закрепление навыков личной гигиены.

Двигательная задача: развитие быстроты.

Содержание: на полу чертятся две линии, делящие зал на три части: в I части - территория Доктора, II часть - поляна для прогулки, III часть - домики для детей.

Дети гуляют по поляне и хором спрашивают у Доктора:

Доктор, доктор, как нам быть?

Уши мыть или не мыть?

Если мыть, то как нам быть:

Часто мыть или пореже?

Доктор отвечает: Еже ...

— Ежедневно!

Дети убегают от Доктора. Кого он поймал, тот остается на его территории.

Пока не останется последний игрок, не умеющий мыть уши. Этого игрока можно в следующий раз назначить Доктором.

«Добрые слова»

Дидактическая задача: формирование умений и навыков общения

Двигательная задача: развитие ловкости.

Содержание: дети становятся в круг, в его центре ведущий с мячом:

Добрые слова не лень

Повторять мне трижды в день,

Кузнецу, ткачу, врачу

«С добрым утром!» - я кричу,

«Добрый день!» - кричу я вслед

Всем идущим на обед.

«Добрый вечер!» - так встречаю

Всех, домой спешащих к чаю.

Ведущий бросает мяч любому из игроков, который говорит одно из добрых слов и возвращает мяч ведущему.

Упражнения энергизаторы

Преподаватели, воспитатели и все, кто занимаются обучением взрослых или детей, для достижения больших результатов на уроках, занятиях должны принимать во внимание эмоциональную сторону обучения.

Тогда урок или занятие станет для каждого участника увлекательным и жизненным. Учитывать эмоциональный аспект занятий – пробуждать интерес к изучаемой теме или вопросу и создать в классе безопасную доверительную атмосферу, которая позволит обучающимся как можно полнее использовать свой потенциал. Такую атмосферу создают на занятиях «энергизаторы» - короткие многофункциональные упражнения, которые помогают участникам развить различные способности:

- телесно-кинестетические ,
- музыкально-ритмичные,
- межличностного общения.

На своих уроках стараюсь использовать эти упражнения – энергизаторы, при этом заметно меняется атмосфера в аудитории, повышается интерес и готовность к занятиям, что очень важно. Особенно мне нравятся упражнения «Комплимент», «3 правды и 1 ложь», «Фруктовый сад», которые я часто использую на занятиях.

Педагоги, которые решат использовать энергизаторы в своей работе, сразу заметят их преимущества. Энергизаторы создают положительную психологическую атмосферу, восстанавливают энергию группы, привлекают внимание участников, включают всех в обучение и дают удовольствие от учебы.

Кроме того энергизаторы я использую не только как упражнения для эмоционального подъема группы, но и для развития коммуникативных

компетенций. При выполнении этих упражнений учащиеся приобретают навыки работы в группе, коллективе. Приобретая эти навыки они легко смогут вступить в контакт с людьми, находить выход из сложных ситуаций.

Упражнение «3 правды и 1 ложь».

Дайте задание участникам написать свое имя на листе бумаги и описать 4 факта из своей жизни, 3 из которых – правда и 1 – ложь. Попросите всех объединиться в пары. В парах участники зачитывают друг другу эту информацию и пытаются угадать, что является правдой, а что – ложью.

По окончании работы в парах попросите участников поделиться, легко ли было угадать, что было ложью, а что правдой. Некоторые участники могут рассказать всей группе о самых интересных моментах, почему было трудно угадать, соответствовало ли то, что написал партнер с их представлением о нем/ней и т.д.

Примечание: это упражнение можно использовать в качестве одно из упражнения для сплочения группы.

Упражнение «Что изменилось?»

Участники разбиваются на пары и пары объединяются в группы по 4 человека. Партнеры изучают и пытаются запомнить внешность друг друга. Потом один из них поворачивается спиной, пока трое других совершают три изменения во внешности второго партнера, например: передевают часы с одной руки на другую, убирают очки, закатывают рукава. Другой игрок поворачивается и пытается указать, на те три вещи, которые изменились. Потом игроки меняются местами.

Примечание: упражнение способствует формированию коммуникативной компетентности, учащиеся активно включены в работу, выполняя совместную деятельность, и взаимодействуют друг с другом.

Упражнение «Комплимент»

Участники группы встают в круг. Один из участников поворачивается к своему соседу и говорит ему что-нибудь хорошее. Тот в ответ должен сказать «Спасибо» и в свою очередь повернуться к следующему. И так до тех пор, пока каждый участник не получит комплимент. Играя в эту и подобные игры, можно передавать друг другу какой-то, ставший традиционным предмет, например, сердечко, сшитое из ткани.

Примечание: данное упражнение можно применять и на начальном и на завершающем этапе вашего занятия. Задание развивает творческие способности, участники группы чувствуют себя включенными в групповой процесс.