**Безопасность жизнедеятельности у детей**

**старшего дошкольного возраста**

 Проблема безопасности жизнедеятельности человека признается во всем мире. ООН называет эту проблему одной из приоритетных в научных исследованиях, а тема «Риск, наука, обучение на школьном уровне» Советом Европы предложена в качестве головной для разработки в странах Европы. В Российской Федерации от социальных, техногенных, природных и иных катастроф ежегодно погибают более 300 тысяч человек, 100 тысяч человек становятся инвалидами, еще больше людей теряют здоровье, подвергаются насилию.

 Самые первые шаги в обучении детей вопросам безопасности осуществляются в дошкольных образовательных учреждениях. В 1995 г. была разработана программа "Основы безопасности детей дошкольного возраста", в соответствии с которой детям старших групп в игровой форме доводятся знания по вопросам правил дорожного движения, безопасного поведения в быту и другие элементарные понятия безопасного поведения.

По определению Всемирной организации здравоохранения - здоровье - это состояние полного физического, духовного и социального благополучия. Здоровье человека во многом зависит от состояния окружающей среды. В борьбе за здоровье, надо менять не только экологическую обстановку, но и самое главное, необходимо перестроить поведение людей, их привычки и установки, то есть изменить сознание людей. Поэтому здоровью надо учить с детских лет, воспитывать привычку здорового образа жизни, стремлению оздоровлять окружающую среду.

Что главное в воспитании детей? Ребенок должен расти здоровым. Здорового ребенка легче воспитывать. У него быстрее устанавливаются все необходимые умения и навыки. Он лучше приспосабливается к смене условий и воспринимает все предъявляемые ему требования. Здоровье - важнейшая предпосылка правильного формирования характера, развития инициативы, сильной воли, дарований, природных способностей. Очень важно не упустить те возможности, которые дает раннее детство в формировании у ребенка оберегающего и ответственного отношения к самому себе и окружающему.

Проблема защиты от опасностей возникла одновременно с появлением человека на земле. Многие правила безопасности формулировались, когда люди пытались защититься от диких зверей и природных явлений. Со временем изменились условия жизни человека, изменились и правила безопасности жизнедеятельности.

Таким образом, формула безопасности гласит: предвидеть опасность; при возможности избегать: при необходимости действовать. Для детей она зарифмована в стихах:

Безопасности формула есть:

Надо видеть, предвидеть, учесть.

По возможности - все избежать,

А где надо - на помощь позвать.

**Опасность** - центральное понятие безопасности жизнедеятельности, она носит скрытый характер. Признаками, определяющими опасность, являются:

·Угроза жизни;

·Возможность нанесения ущерба здоровью;

·Нарушение условий нормального функционирования органов и систем человека.

Можно выделить ряд опасностей, связанных с местом пребывания человека: опасности дома, опасности на дороге и улице, опасности на природе и опасности в общении с незнакомыми людьми. Рассмотрим их.

**Опасности дома**

Как показывает статистика, большинство несчастных случаев происходит дома. Наш дом, до отказа заполненный различной бытовой техникой и химией, часто представляет мину замедленного действия. К повреждениям, которые ребенок получает в результате несчастных случаев в квартире, относятся: ушибы, ссадины, царапины, растяжения. Вывихи, ожоги. Повреждения инородными телами (проглатывание, вдыхание, введение в нос, глаза, уши и т.д.).

**Опасности на улице**

Одной из серьезнейших проблем любого города и области является дорожно-транспортный травматизм. До настоящего времени снизить его уровень не удается. Как показывает анализ происшествий с детьми, проведенный Госавтоинспекцией, травмы происходят по неосторожности детей, из-за несоблюдения или незнания правил дорожного движения. Самыми распространенными ошибками, которые совершают дети, являются: неожиданный выход на проезжую часть в неустановленном месте, выход из-за стоящего транспорта, неподчинения сигналам светофора, нарушение правил езды на велосипедах и т.д. беспечность детей на дорогах зависит от взрослых, от низкого уровня их культуры поведения. А цена этому - детская жизнь.

**Опасности в природе**

К природным опасностям относятся стихийные явления, которые представляют непосредственную угрозу для жизни и здоровья людей, например ураганы, наводнения, сели; экстремальные ситуации; растения, животные, грибы и другие явления и объекты. Некоторые природные опасности нарушают или затрудняют нормальное функционирование систем и органов человека. К таким опасностям относятся туман, гололед, жара, барометрическое давление. Излучения, холод и др.

Говоря о природных опасностях, следует отметить роль антропогенного влияния на их проявления. Многочисленные факторы нарушения равновесия в природной среде связаны с деятельностью человека. В результате вырубок леса возрастает активность солей, увеличивается паводковый расход. Соблюдение природного равновесия является важнейшим профилактическим фактором сокращения опасных явлений. Между природными опасностями существует взаимная связь. Одно явление может послужить причиной, пусковым механизмом последующих. По имеющимся данным, число опасных явлений на земле почти не растет, но человеческие жертвы и материальный ущерб увеличиваются. Ежегодная вероятность гибели жителя нашей планеты от природных опасностей примерно составляет один человек на каждые сто тысяч жителей.

Как утверждают зоологи и охотники, нет правил поведения, которые бы гарантировали человеку абсолютную безопасность, но есть меры предосторожности, которых следует придерживаться.

**Опасности контактов с незнакомыми людьми**

Количество насильственных преступлений в отношении детей, часто заканчивающихся трагически, не снижается. Малыши уязвимы для преступников, более всего рискуют дети, чувствующие себя нелюбимыми. Они являются легкой мишенью. Многие похитители и насильники кажутся дружелюбными и неопасными. Они профессионалы в том, чтобы понравится детям, и усыпить их бдительность, проявляют изощренную изобретательность. С помощью разнообразных предлогов стараются заманить малыша в безлюдное место. Вот некоторые из них: Помогите, пожалуйста, убежала кошка в подвал..., Пойдем, покажу тебе на чердаке котят, Хочешь, я тебя прокачу и т.д. Маленький ребенок, не задумываясь о последствиях, принимает предложение или соглашается помочь.

Поведение людей в опасных ситуациях различно. И только от обученности и опыта в большей степени зависит способность людей к безопасному существованию в окружающей среде.

Дошкольный возраст - важнейший период, когда формируется человеческая личность, и закладываются прочные основы опыта жизнедеятельности, здорового образа жизни. Малыш по своим физиологическим особенностям не может самостоятельно определить всю меру опасности. Поэтому на взрослого человека природой возложена миссия защиты своего ребенка. Детям нужно разумно помогать избегать повреждений, ведь невозможно все время водить их за руку, удерживать возле себя. Необходимо воспитывать привычку правильно пользоваться предметами быта, учить обращаться с животными, кататься на велосипеде, объяснять, как надо вести себя во дворе, на улице и дома. Нужно прививать детям навыки поведения с ситуациях, чреватых получением травм, формировать у них представление о наиболее типичных, часто встречающихся ситуациях. Считается необходимым создать педагогические условия для ознакомления детей с различными видами опасностей и для каждой возрастной группы поставить свои задачи.

**Для детей старшего дошкольного возраста:**

**" Я! ".**Расширять знания ребенка о себе, своем имени, фамилии, возрасте, наследственных особенностях организма, телосложении, походке, реакции на некоторые продукты питания; рассказать, для чего нужно сердце, почему оно стучит, для чего нужны уши, глаза, как мы двигаемся, дышим, общаемся с другими людьми. Представлять в общих чертах развитие человека; младенец, дошкольник, школьник, мама (папа), бабушка (дедушка), различать половую принадлежность по внешнему облику (черты лица, особенности телосложения) Бережно относиться к своему организму, осознавать назначение отдельных органов, условия их нормального функционирования. "У меня есть замечательный помощник - скелет, он помогает мне стоять, сидеть и защищает внутренние органы: сердце, печень, легкие от повреждений, поэтому нужно его беречь, учиться правильно падать на лыжах, на коньках. Тренироваться, заниматься гимнастикой и физическими упражнениями".

Ответственно относиться к внутренним органам, выполнять основные валеологические правила:

-помоги своему сердцу работой всех мышц, занимайся ежедневно физическими упражнениями;

-помоги своим легким дышать свежим воздухом, не ленись ежедневно гулять в парке, на участке, сон с открытой форточкой;

-помоги работе желудка и кишечника, пережевывай "33 раза" каждый кусочек пищи;

-помоги своему мозгу мыслить, думать, береги от ушибов свою умную голову, совершай добрые поступки.

**"Физкульт-ура!".** Познакомить с разными видами закаливания, дыхательной, коррекционной гимнастикой. На примерах литературных героев показать способы заботы о своем здоровье, организме. Беседовать о режиме активности и отдыха, необходимости планировать свое время, об оздоровительной гимнастике, прогулке при любых Погодных условиях, приеме пищи, сне с открытой форточкой. Осознанно выполнять физические упражнения, понимая их значимость для здоровья.

**"Внимание!".**На улице нельзя бросаться камнями и снежками, ходить около домов во время таяния снега (могут сорваться сосульки, пласты снега); нельзя дразнить животных, нужно остерегаться бездомных собак и кошек. Не есть незнакомые ягоды, лезть в водоемы. Учить ребенка предвидеть последствия своих действий на основе разных ситуаций (если ты потерялся в парке, встретился с незнакомым человеком).

**"Опасность!".**Беседовать о правилах личной безопасности в быту и в разных жизненных ситуациях*.*Знать, что если загорелась квартира, нужно немедленно покинуть помещение и позвать на помощь, а не прятаться; нельзя играть со спичками и огнем, трогать газовые краны у плиты, включать электроприборы. Знать телефон пожарной охраны - 01.

**"Мой-до-дыр!".**Формировать систему представлений о культуре быта человека; познакомить с основными правилами этикета, поведения, питания, общения за столом. Выполнять гигиенические процедуры, самостоятельно следить за чистотой тела. Следить, за чистотой и опрятностью одежды, владеть приемами чистки. Быстро одеваться, раздеваться, соблюдать порядок. Выполнять поручения взрослых и действовать по собственной инициативе: пылесосить, вытирать пыль, игрушки, сушить одежду и обувь, садиться за стол причесанным, в опрятном виде, с чистыми руками. Не мешать сверстникам за столом, убирать свое место после еды.

Помните, во многом безопасность наших детей – в наших руках!

Составила Васильева О.В., использовала материалы https://metrika.yandex.ru/stat/?id=22674019&from=informer