

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение города
Новосибирска «Детский сад №280 комбинированного вида»

Консультация для воспитателей

«Влияние природы на здоровье ребёнка и безопасность при общении с
ней»

Подготовила
Воспитатель МКДОУ д/с №280
Бойко Светлана Николаевна

Новосибирск
2017г.

В наш век современного технического прогресса человека всё сильнее тянет к природе. Что может быть приятнее после городского шума и смога насладиться звуками и запахами леса, окунуться в тёплые воды речки, вдохнуть чистый хрустальный горный воздух.

Влияние природы на здоровье человека, а особенно ребёнка, трудно переоценить. Вспомним лишь, что здоровье – это не только физическое, но и психическое благополучие человека.

Общаясь с природой, мы можем избавиться от стресса, от негативного влияния городской среды, забыть, хотя бы на время, все горести и печали, которые неотъемлемо сопровождают нас на жизненном пути. Именно общение с природой позволяет нам стать спокойней, уверенней в себе, почувствовать силу и возможность в решении жизненных проблем.

Несмотря на нависшие над человечеством экологические проблемы, давайте вспомним, что природа- необозримая кладовая здоровья.

Появляясь на свет, ребёнок уже в первые минуты сталкивается с природой – он начинает дышать. Природа даёт ему воздух, воду для необходимых гигиенических процедур.

Итак, человек с первых минут жизни неразлучен с природой. Бегая босиком по дорожке, дети массируют стопы ног, тем самым осуществляя профилактику плоскостопия, активизируя точки, оказывающие влияние на работу многих внутренних органов. Организуя пребывание под солнышком летом, мы способствуем выработке в организме витамина D, который так необходим детскому организму. Купание в открытых водоёмах укрепляет мышцы ребёнка, делает его более выносливым, предупреждает частые простудные заболевания, оказывает лечебное воздействие на опорно-двигательную систему. Возможность подышать чистым воздухом соснового леса, морского побережья поможет оздоровить дыхательную систему ребёнка, а воздух богатый кислородом – залог нормального функционирования сердечно-сосудистой системы.

Рассматривая вопросы влияния природы на здоровье детей, нельзя не отметить богатство лекарственных средств, которые дарит нам природа: лекарственные растения, морская соль, лечебная глина, грязи, минеральная вода и многое другое.

Природа оставляет большой след в душе ребенка, потому что она своей яркостью, многообразием, динамичностью воздействует на все его чувства. Этот удивительный мир: мир красок, превращений и неожиданностей. Ребенку интересно абсолютно все: ему хочется попробовать, потрогать, почувствовать, увидеть, услышать. Как различить опасное и безопасное, полезное и нужное, лечебное и простое? Естественная любознательность ребенка в познании окружающего мира может стать небезопасной для него, ребенок, не зная основ безопасного поведения, может навредить не только окружающей природе, но и самому себе (например, ради интереса взять в руки змею, попробовать незнакомые ягоды, кинуть горящую спичку в лесу). Детям необходимо объяснить последствия такого небезопасного поведения.

Нельзя бездумно окунуться в мир природы. Во всём нужно знать меру. Чтобы лечебные, оздоровительные свойства природы не обернулись бы против нас. Поведение маленького ребёнка в природе подчас бывает сложным и противоречивым: имея самые добрые намерения, дети иногда совершают отрицательные поступки. Познавая окружающий мир, могут сорвать ядовитые растения попробовать их на вкус, взять в руки и сильно сжать какое-нибудь насекомое, маленькое животное, а это может привести к травме животного, так и малыша. Поэтому мы должны не только дать детям знания о природе, воспитывать бережное отношение к ней, но и учить ориентироваться в окружающей природной среде и обеспечивать своё безопасное проживание с разными соседями – животными и растениями.

В вопросе безопасного общения ребёнка с природой можно выделить ряд разделов:

1. Ухудшение экологической ситуации.

Ухудшение экологической ситуации представляет определённую угрозу здоровью человека. Необходимо объяснить детям, что выполнение привычных требований взрослых (не пей некипячёную воду, мой фрукты и овощи, мой руки перед едой) в наши дни может уберечь от болезней, а иногда и спасти жизнь. Организованная с детьми старшего дошкольного возраста опытно-экспериментальная деятельность с микроскопом, лупой, фильтрами наглядно демонстрирует то, что содержится в воде. Необходимо рассказать детям о том, что небезопасны для здоровья стали также такие традиционно чистые источники питьевой воды, как колодцы, проточные водоёмы, реки, поэтому не следует пить воду где бы то ни было без предварительной её обработки (отстаивание, кипячение, фильтрация).

2. Катастрофы природного характера.

Несмотря на то, что наша местность не является типичной для таких катастроф, дети должны знать, как обезопасить себя от этих явлений, как вести себя, если окажешься в зоне действия какой-либо катастрофы. Помогают решить эту задачу занятия, проводимые в подготовительной к школе группе, где особое место отводится вопросу безопасности, и просмотр видеofilьмов, мультипликационных лент о правилах поведения в случае возникновения природной катастрофы.

3. Природные явления

Дети должны получить знания не только о разнообразных природных явлениях: дождь, снегопад, гроза и т.д., но и знать, что существуют определённые правила, выполнение которых поможет им сохранить своё здоровье и жизнь. Это такие положения, как:

- нельзя мочить ноги в луже;
- не гуляй в промокшей одежде;
- нельзя сбивать сосульки с крыши;
- опасно стоять под сосульками;

- осторожно ходи во время гололёда;
- нельзя ходить на лёд открытого водоёма;
- во время грозы нельзя пользоваться мобильным телефоном, прятаться под высокие отдельно стоящие деревья;
- находиться на солнышке нужно только в головном уборе;
- и многие другие.

4. Ядовитые растения.

Детям необходимо дать знания о ядовитых растениях, которые растут в лесу, на полях и лугах, вдоль дорог, на пустырях. Для ознакомления с этими растениями можно использовать картинки и другие наглядные материалы. Детям следует объяснить, что надо быть осторожными и отучиться от вредной привычки пробовать всё подряд (ягоды, травинки), так как в результате ухудшающейся экологической обстановки опасным может оказаться даже неядовитое растение.

Дети должны узнать, что существуют ядовитые грибы, и научиться отличать их от съедобных. Следует объяснить им, что никакие грибы нельзя брать в рот или пробовать в сыром виде. Даже со съедобными грибами в последние годы происходят изменения, делающие их непригодными для еды. Особой осторожности требуют консервированные грибы, которые детям дошкольного возраста лучше вообще не употреблять в пищу.

Для закрепления этих правил полезно использовать настольные игры-классификации, игры с мячом в «съедобное-несъедобное», соответствующий наглядный материал, а в летний сезон – прогулки в лес, на природу.

5. Контакты с животными.

Необходимо объяснить детям, что можно и чего нельзя делать при контактах с животными. Например, можно кормить бездомных собак и кошек, но нельзя их трогать и брать на руки. Можно погладить и приласкать домашних котёнка или собаку, играть с ними, но при этом учитывать, что каждое животное обладает своим характером, поэтому даже игры с животными могут привести к травмам, царапинам и укусам.

Особенно осторожным должно быть поведение городских детей, которые впервые оказались в сельской местности. Им надо объяснить, что любые животные с детёнышами или птицы с птенцами часто ведут себя агрессивно и могут напугать или травмировать.

И, конечно же, дети должны усвоить, что нельзя дразнить и мучить животных. Таким образом, при разумном использовании природные факторы (солнце, воздух и вода) могут оказать большое оздоравливающее воздействие на ребенка и стать нашими «верными друзьями».

Но это не всегда так. Выводя малышей на природу, мы хотим, чтобы они дышали свежим воздухом, загорали, принимали воздушные ванны- одним словом, оздоравливались. Мало кто задумывается над тем, что за городом, даже на собственном участке, малыша подстерегает опасность, на которую мы взрослые, чаще и внимания не обращаем. Угрожают нашим детям ядовитые

растения и грибы. Чаще всего страдают от них маленькие исследователи от 2 до 10 лет. Здесь сказывается привычка тащить все в рот и пробовать на «зуб». Игры в «магазин», в «больницу», в «гости», во время которых дети «покупают», а потом едят купленные продукты - «колбасу» из камыша, «макароны» из стеблей одуванчика, конфеты, сорванные с кустиков вороньего глаза. От некоторых растений малыши могут пострадать, просто взяв их в руки. Поэтому, необходимо объяснить ребенку, что никакие растения, ягоды, грибы, семена, сорванные на улице нельзя брать в рот. Важно также самим знать ядовитые растения и уничтожать их, если они растут на участке или около дома. Опасность подстерегает детей и на воде. Поэтому важно научить ребенка правильному поведению на воде. Прежде всего необходимо научить его дышать в воде так, чтобы она не попадала в дыхательные пути. Рекомендуются проделать следующее упражнение: набрать воду в рот и с выдохом выпустить ее в воду (в таз или ванну) фонтанчиком. Чтобы ребенок не боялся, надо находиться вместе с ним в воде и поддерживать его пока он учится плавать. Но даже если дети умеют плавать, их нельзя оставлять без присмотра у водоема. Ведь их фантазия неистощима. Например, они могут соорудить плот и отправиться в «кругосветное путешествие». Иногда дети тонут на глазах у родителей, старших братьев и сестер. И взрослые должны обязательно владеть необходимыми навыками, чтобы оказать им первую помощь.

Детям присуща подвижность, любознательность. Они взбираются на предметы мебели, зажигают спички, пробуют пройти по льду еще не замершего пруда и иногда эти эксперименты кончаются травмой.

Среди всех повреждений по тяжести первое место занимают травмы, полученные детьми при падении с высоты. Даже вовремя оказанная квалифицированная медицинская помощь не всегда является гарантией полного выздоровления ребенка. Так, после травм головы у большинства детей остаются неблагоприятные последствия в виде головных болей, расстройства сна, ослабления памяти. Иногда дети, кувыркаясь, повреждают шейный отдел позвоночника, что может привести к грозным последствиям - параличу рук и ног. Подобная травма возможна при кувырках на подушках. Родители должны знать об этом и не поощрять такие «упражнения» детей.

Ранения острыми предметами - очень частая травма, которую получают дошкольники, чаще мальчики. Дети хотят уметь пользоваться ножом, иглой, им нравится играть кусочками стекла, разбитого зеркала. Пытаясь открыть старую брошенную консервную банку, они могут поранить себе руку. Очень часто дети ранятся стеклом в воде, на песке, в траве. Взрослые должны помнить об этом и не оставлять мусор и пищевые отходы после отдыха на природе.

Основная задача взрослых постоянно прививать детям навыки поведения в ситуациях, чреватых получением травм, формировать у них представление о наиболее типичных, часто встречающихся ситуациях. Детям нужно разумно помогать избегать повреждений. Необходимо воспитывать у детей привычку правильно пользоваться предметами быта, учить их обращаться с животными,

кататься на велосипеде, на качелях, объяснять, как надо вести себя во дворе, на улице.

Безопасность – это не просто сумма усвоенных знаний, а умение правильно себя вести в различных ситуациях. Кроме того, дети могут оказаться в непредсказуемой ситуации на улице и дома, поэтому главной задачей взрослых является стимулирование развития у них самостоятельности и ответственности. Любая общепринятая норма должна быть осознана и принята маленьким человеком – только тогда она станет действенным регулятором его поведения. Прямолинейное, декларативное требование соблюдать принятые в обществе правила поведения чаще всего оказывается малоэффективным.

В связи с этим традиционные формы обучения, принятые в дошкольных образовательных учреждениях, могут использоваться лишь частично и больше внимания надо уделять организации различных видов деятельности, направленных на приобретение детьми определённого навыка поведения, опыта. Ведь всё, чему мы учим детей, они должны уметь применять в реальной жизни, на практике. Запоминаются эти правила детьми не в виде нотаций и нравоучений. Необходимо создавать игровые ситуации с любимыми персонажами, использовать чтение художественной литературы, беседы, устраивать просмотры мультфильмов с любимыми персонажами соответствующей тематики, театрализованные постановки, создавать совместные проекты, устраивать интеллектуальные состязания и другие мероприятия, вызывающие интерес у детей. Возможно тогда эти правила станут руководством к действию.

Следовательно, нам взрослым, необходимо помнить, что детская безопасность зависит от нас. Но задача взрослых не просто постоянно опекать и оберегать малышей. Мы просто обязаны научить их самих заботиться о себе. Но делать это нужно грамотно и бережно, чтобы ребенок не стал воспринимать окружающий мир как враждебный, полный опасностей, бед и злых людей. Нет, мир прекрасен и удивителен, открывать его для себя интересно и весело. Просто нужно всегда быть внимательным к себе и близким. И тогда беды обойдут наших замечательных малышей стороной.