

Педагогические науки / Pedagogical Science
Оригинальная статья / Original Article
УДК 373
DOI: 10.31161/1995-0675-2021-15-3-82-87

Безопасность жизнедеятельности как механизм формирования привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста

© 2021 Омаров М. М., Омарова М. М.

Дагестанский государственный педагогический университет,
Махачкала, Россия; e-mail: omarov.66@inbox.ru,
mirvariomarova244@gmail.com

РЕЗЮМЕ. Цель. В статье исследуется теоретическое обоснование и анализ факторов, влияющих на здоровье детей дошкольного возраста в дошкольных образовательных организациях. **Методы.** Анализ, обобщение, наблюдение, анкетирование, педагогический эксперимент. Для выявления роли физических упражнений в предупреждении заболеваний и укрепления здоровья детей дошкольного возраста нами было проведено экспериментальное исследование. **Результат.** В ходе исследования было установлено, что у большинства детей обеих групп уровень физического развития низкий. Поэтому нами была разработана программа, направленная на предупреждение заболеваний и укрепление здоровья детей дошкольного возраста с помощью физических упражнений. **Выводы.** Проведенное исследование показало большую роль физических упражнений в предупреждении заболеваний и укреплении здоровья детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: образование, безопасность, исследование, личность, взаимодействие, культура, психологический комфорт, толерантные отношения, студент, педагог.

Формат цитирования: Омаров М. М., Омарова М. М. Безопасность жизнедеятельности как механизм формирования привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. 2021. Т. 15. № 3. С. 82-87. DOI: 10.31161/1995-0675-2021-15-3-82-87

Life Safety as a Mechanism for Forming of Healthy Lifestyle Habits in Preschool Children

Magomedali M. Omarov, Mirvari M. Omarova

Dagestan State Pedagogical University,
Makhachkala, Russia; e-mail: omarov.66@inbox.ru, mirvariomarova244@gmail.com

ABSTRACT. The **aim** of the article examines the theoretical substantiation and analysis of factors affecting the health of preschool children in preschool educational institutions. **Methods.** Analysis, generalization, observation, questioning, pedagogical experiment. To identify the role of physical exercise in preventing diseases and strengthening the health of preschool children, we conducted an experimental study. **Result.** In the course of the study, it was found that the majority of children of both groups have a low level of physical development. Therefore, we have developed a program aimed at preventing diseases and strengthening the health of preschool children through physical exercise. **Conclusions.** The conducted research has shown the great role of physical exercise in preventing diseases and strengthening the health of preschool children.

Keywords: education, security, research, personality, interaction, culture, psychological comfort, tolerant relationships, student, teacher.

For citation: Omarov M. M., Omarova M. M. Life Safety as a Mechanism for Forming of Healthy Lifestyle Habits in Preschool Children. Dagestan State Pedagogical University. Journal. Psychological and Pedagogical Sciences. 2021. Vol. 15. No. 3. Pp. 82-87. DOI: 10.31161/1995-0675-2021-15-3-82-87 (in Russian)

Введение

Здоровье – прекрасный дар, без которого сложно прожить счастливую, интересную и долгую жизнь. Здоровье легко потерять, но очень трудно восстановить.

Ребенок должен расти здоровым. Здорового ребенка легче растить, учить и воспитывать. Необходимые навыки и умения у ребенка вырабатываются быстрее. Он лучше адаптируется к меняющимся условиям и правильно воспринимает все предъявляемые к нему требования. Здоровье – важнейшее условие правильного формирования характера ребенка, развития воли, природных способностей.

Определение, данное Всемирной организацией здравоохранения: «Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов».

Здоровье человека закладывается в детстве, и согласно научным исследованиям оно определяется на 50% образом жизни, 20% – наследственностью, 20% – состоянием окружающей среды и около 10% – возможностями медицины и здравоохранения. Физическая культура и спорт играют важную роль в поддержании здоровья.

Здоровье человека во многом зависит от существующих в обществе систем ценностей, определяющих смысл жизни. Здоровье – это личная и общественная ценность. Формированием такого отношения к своему здоровью занимается новая отрасль знаний валеология – наука о здоровье.

Здоровье нельзя купить, его можно получить только своим постоянным трудом. Однако для сохранения здоровья ребенка необходимо объединить усилия всех взрослых вокруг него (родителей, педагогов, врачей и т. д.). Таким образом, с раннего возраста у ребенка формируется определенная культура поведения и соответствующий образ жизни. Знания, навыки и умения валеологического характера, приобретенные в детстве, станут прочным фундаментом для создания положительной мотивации к охране собственного здоровья во взрослой жизни. Сформированные традиции здорового образа жизни

становятся достоянием нации, государства и неотъемлемой частью жизни народа.

Здоровый образ жизни включает в себя биологические, социальные и экологические представления о здоровье и жизни человека, поскольку физическое благополучие зависит не только от наследственности ребенка и внимания к здоровью со стороны родителей и врачей, но и от влияния факторов среды обитания в степени гармонизации взаимоотношений ребенка с внешней социальной и экологической средой.

Дошкольный возраст – один из важнейших периодов в жизни человека. Именно в этом возрасте закладываются основы здоровья, правильного физического развития, формируется моторика, формируется интерес к физической культуре и спорту, воспитываются личностные, морально-волевые и поведенческие качества.

Формирование у дошкольников идей здорового образа жизни будет наиболее эффективным, если:

- определено содержание понятия «здоровый образ жизни», которое включает не только экологические, но и биологические и социальные концепции и показывает зависимость здорового образа жизни от состояния окружающей экологической среды;

- разработана образовательная технология, включающая формы, методы, условия, принципы и фазы мозгового штурма для здорового образа жизни;

- «здоровье» и «образ жизни человека», зависимость от здоровья и состояния образа жизни, окружающая социальная и экологическая среда, здоровый образ жизни – основа сохранения и укрепления здоровья;

- между субъектами образовательного процесса разработана модель взаимодействия, которая предполагает подготовку учителей к решению задач, связанных с принятием у детей здорового образа жизни, к методической и педагогической работе с родителями и непосредственному влиянию учителей и родителей в детях.

Одним из основных механизмов обеспечения безопасности человека является

их обучение в области безопасности жизни, развитие навыков безопасного поведения и взаимодействия с природой и обществом. С дошкольного возраста необходимо развивать культуру безопасности детей. Образовательный проект написан Р. Ф. Гатауллиной в области безопасности жизнедеятельности дошкольника на личностно-ориентированном и деятельностном подходах, принципе интерактивности, подразумевающим тесное взаимодействие и взаимопроникновение всех образовательных сфер и инклюзивность [2]. Игровые формы преподавания дают возможность ребенку выражать динамичность и независимость. Сущность создания в сфере безопасности жизнедеятельности обязана соответствовать запросу приспособления ребят к играющим роль в мире опасностям и рискам, гарантировать требование с целью интеграции просветительской работы ребят в его независимую работу [3].

«Главным механизмом обеспечения безопасности человека является воспитание здорового подрастающего поколения граждан России – первоочередная задача государства, от решения которой во многом зависит его будущее процветание», – отмечает О. А. Талипова [5]. Но инновационные направленности в мире говорят о противоположном – увеличивается количество детей с разными трудностями состояния здоровья с преждевременного появления на свет либо дошкольного возраста. В этой ситуации одним из основных средств профилактики заболеваемости выступают ресурсы физической культуры.

Здоровьеформирующее и здоровьесберегающее образование рассматриваются как части педагогики безопасности. Оздоровительная физическая культура предлагает сегодня достаточно много методик, проверенных практикой и обоснованных научно. В то же время в процессе физического воспитания дошкольников физкультурно-оздоровительные методики, адаптированные к возрастным особенностям детей, используются крайне редко и мало эффективно. Прямой перенос известных оздоровительных технологий в практику работы с детьми не всегда уместен и даже опасен. Так, в настоящее время отмечается явный недостаток методик физкультурно-оздоровительной работы с детьми раннего дошкольного возраста [4].

В педагогической литературе последних лет появились диссертационные исследования, посвященные проблемам физической культуры и оздоровления детей: Т. Е. Абрамовой, Е. Д. Висангириевой, Л. П. Лосевой, Т. Ю. Нестерюк, О. С. Филипповой и др. [1].

Потребность исследования значимости физических упражнений в предотвращении болезней и поддержания здоровья ребенка дошкольного возраста обусловлена противоречием между общественным заказом общества в развитие здорового ребенка и научно-технической неподготовленностью образовательного процесса в области безопасной жизнедеятельности [6].

С учетом выявленных противоречий был сделан выбор исследования, проблема которого сформулирована следующим образом: какова роль физических упражнений в предупреждении заболеваний и укрепления здоровья детей дошкольного возраста.

Цель исследования

Опытное изучение было создано с целью контроля гипотезы о том, что процедура предупреждения болезней и поддержания здоровья ребенка дошкольного возраста станет наиболее результативной при осуществлении последующих педагогических условий: общеобразовательный процесс станет реализовываться в основе исследованной программы организации физкультурно-оздоровительной работы с ребенком раннего дошкольного года; в процессе введения в проекты станет применяться диагностический инструмент, предоставляющий выявлять динамику результатов и реализовывать коррекцию процесса.

Методы

Анализ, обобщение, наблюдение, анкетирование, педагогический эксперимент. Для выявления роли физических упражнений в предупреждении заболеваний и укрепления здоровья детей дошкольного возраста нами было проведено экспериментальное исследование.

Экспериментальная работа включала 3 этапа:

1. Констатирующий эксперимент (август 2020 года) проведено диагностическое обследование 50 детей раннего дошкольного возраста и их родителей.

2. Формирующий эксперимент (август-октябрь 2020 года). По данным констати-

рующего эксперимента проводились занятия по разработанной нами программе в экспериментальной группе испытуемых.

3. Контрольный эксперимент (октябрь-ноябрь 2020 года). Проведено повторное обследование детей. Сделаны выводы относительно эффективности реализуемой программы.

На констатирующем этапе эксперимента проводится диагностика частоты заболеваемости детей в группе.

При изучении психофизического состояния детей было выявлено, что 20% детей экспериментальной и 16% контрольной группы редко болеют и находятся в хорошей физической форме. Анкетирование родителей показало, что средний уровень демонстрируют 32% детей экспериментальной и 36% детей контрольной группы.

Результаты и обсуждение

Анализ результатов по методике Г. Ломакиной: дети с высоким уровнем развития по предыдущему тесту затруднялись выполнять предлагаемую им программу занятий. Причину этого мы видели в неподготовленности детей к такой форме работы с ними, отсутствием системы физического воспитания в семье.

Анализ результатов тестирования показал, что дети контрольной и экспериментальной групп показали приблизительно одинаковый уровень физического развития. Так, 12% детей экспериментальной и 16% контрольной группы показали высокий уровень физического развития, т. е. продемонстрировали хорошие координационные и волевые способности, выносливость, продемонстрировали хорошую силу и точность движений.

У 44% детей экспериментальной группы и 40% контрольной группы мы выявили средний уровень физического развития. Упражнения были выполнены в пределах 40-74%.

А вот 44% детей обеих групп показали низкий уровень физического развития. Дети не смогли пройти по линии длиной 3 м и шириной 15 см, не касаясь ограничений. Качественно оттолкнувшись, прыгая с тумбы высотой 20 см, они не смогли приземлиться на обе ноги, не задев при этом ограничители круга. Дети не смогли бежать медленно и непрерывно в течение 1 мин. Также они не смогли поймать мяч диаметром 15-20 см на расстоянии 1,5 м.

Таким образом, в ходе тестирования было установлено, что у большинства детей обеих групп уровень физического развития низкий. Поэтому нами была разработана программа, направленная на предупреждение заболеваний и укрепление здоровья детей дошкольного возраста с помощью физических упражнений.

После формирующего эксперимента 58% детей экспериментальной группы показали высокий уровень, тогда как в контрольной группе такой уровень показали лишь 28% детей. В экспериментальной группе осталось меньше детей с низким уровнем – 16%, тогда как в контрольной группе – 24%.

Результаты внедрения разработанной системы средств физического воспитания, применяемой в период адаптации детей 2-3 лет к дошкольному образовательному учреждению (ДОУ), оказали положительное влияние на физическую подготовленность детей экспериментальной группы. Так, после формирующего эксперимента у 32% детей экспериментальной группы отмечается высокий уровень физического развития, а у 56% – средний. Дети экспериментальной группы стали более выносливы, точны, появилась сила в мышцах, движения стали более координированы. В контрольной группе изменения менее заметны. Результаты проведенного эксперимента показаны в таблицах 1, 2.

Таблица 1
Результаты формирующего эксперимента (в %)

Образовательная организация	Уровень	Экспериментальная группа	
		До	После
ДОУ № 33 «Юбилейный» г. Каспийск	Низкий	44	16
	Средний	44	56
	Высокий	12	32

Таблица 2
Результаты контрольного эксперимента (в %)

Образовательная организация	Уровень	Контрольная группа	
		До	После
ДОУ № 33 «Юбилейный» г. Каспийск	Низкий	44	24
	Средний	40	59
	Высокий	16	28

Выводы

Таким образом, в ходе контрольного тестирования было установлено, что у детей из экспериментальной группы уровень физического развития стал выше, чем в контрольной группе, хотя до формирующего эксперимента между группами не было больших различий.

Каждая общепризнанная норма обязана быть осознана и установлена малым человеком, только лишь в то время она будет реальным регулятором его дей-

ствия. Для того, чтобы организовать людей к соответствующему действию и оптимальным поступкам в постоянно образующихся опасных и чрезвычайных моментах, с раннего детства следует выделить подобные принципы действия для детей, какие они обязаны выполнять строго, т. к. от этого зависят их состояние здоровья и защищенность. Эти правила заложены в программе дополнительного образования «Основы безопасности детей 4-7 лет».

Литература

1. Галимова Р. З. Формирование гармонично развитой личности начинающих музыкантов через овладения музыкально исполнительской деятельностью / Сб.: Тенденции развития Российского общества в XXI веке. Материалы всероссийской научно-практической конференции школьников, учителей, студентов, аспирантов и молодых ученых. Институт экономики, управления и права. Казань: Издательство «Познание», 2011. С. 247-251.

2. Гатаулина Р. Ф. Дидактические условия развития педагогической компетенции по семейному воспитанию у будущих педагогов. Автореф. дисс. ... канд. пед. наук. Казань, 2009. 45 с.

3. Солнцева О. В. К проблеме выбора содержания основной общеобразовательной программы дошкольного образования // Детский сад: теория и практика. 2012. № 4. С. 24-33.

4. Стеркина Р. Б. Основы безопасности детей дошкольного возраста. М.: Просвещение, 2000. 110 с.

5. Талипова О. А. Игровые методы в преодолении тревожности у детей. Тенденции закономерности развития современного российского общества: Экономика, политика, социально-культурная и правовая сфера. Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием: в 2-х частях. Казань: Издательство «Познание», 2016. С. 229-231.

6. Филиппова О. С. Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста: учебник для СПО. 3-е изд., испр. и доп. М.: Академия, 2011. 224 с.

References

1. Galimova R. Z. Formation of a harmoniously developed personality of novice musicians through the mastery of musical performance. *Sb.: Tendentsii razvitiya Rossiyskogo obshchestva v XXI veke. Materialy vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii shkol'nikov, uchiteley, studentov, aspirantov i molodykh uchenykh. Institut ekonomiki, upravleniya i prava* [Trends in the development of Russian society in the XXI century. Materials of the All-Russian scientific-practical conference of schoolchildren, teachers, students, graduate students and young scientists. Institute of Economics, Management and Law]. Kazan, Poznanie Publ., 2011. Pp. 247-251. (In Russian)

2. Gataullina R. F. *Didakticheskie usloviya razvitiya pedagogicheskoy kompetentsii po semejnomu vospitaniyu u budushchih pedagogov* [Didactic conditions for the development of pedagogical competence in family education for future teachers: Author's abstract of Ph. D. (Pedagogy)]. Kazan, 2009. 45 p. (In Russian)

3. Solntseva O. V. On the problem of choosing the content of the basic General education program of preschool education. *Detskij sad: teoriya*

i praktika [Kindergarten: theory and practice]. 2012. No. 4. Pp. 24-33. (In Russian)

4. Sterkina R. B. *Osnovy bezopasnosti detej doshkol'nogo vozrasta* [Fundamentals of safety of preschool children]. Moscow, Prosveshchenie Publ., 2000. 110 p. (In Russian)

5. Talipova O. A. Game methods in overcoming anxiety in children. Trends and patterns of development of modern Russian society: Economy, politics, socio-cultural and legal sphere. *Materialy Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem: v 2-kh chastyakh* [Materials of the all-Russian scientific and practical conference with international participation: in 2 parts]. Kazan, Poznaniye Publ., 2016. Pp. 229-231. (In Russian)

6. Filippova, O. S. *Teoreticheskie i metodicheskie osnovy fizicheskogo vospitaniya i razvitiya detej rannego i doshkol'nogo vozrasta: uchebnik dlya SPO* [Theoretical and methodological foundations of physical education and development of children of early and preschool age: textbook for SPO 3rd ed., ISPR. and additional]. Moscow, Academy Publ., 2011. 224 p. (In Russian)

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Принадлежность к организации

Омаров Магомедали Магеррамович, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой безопасности жизнедеятельности, Дагестанский государственный педагогический университет (ДГПУ), Махачкала, Россия; e-mail: omarov.66@inbox.ru

Омарова Мирвари Моллагасановна, старший преподаватель, кафедра безопасности жизнедеятельности, ДГПУ, Махачкала, Россия; e-mail: mirvariomarova244@gmail.com

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Affiliations

Magomedali M. Omarov, Ph. D. (Pedagogy), assistant professor, the head of the chair of Life Safety, Dagestan State Pedagogical University (DSPU), Makhachkala, Russia; e-mail: omarov.66@inbox.ru

Mirvari M. Omarova, senior lecturer, the chair of Life Safety, DSPU, Makhachkala, Russia; e-mail: mirvariomarova244@gmail.com

Принята в печать 02.08.2021 г.

Received 02.08.2021.

Педагогические науки / Pedagogical Science
Оригинальная статья / Original Article
УДК 373.51
DOI: 10.31161/1995-0675-2021-15-3-87-93

Особенности применения информационно-коммуникационных технологий как средства формирования культуры безопасности жизнедеятельности учащихся

© 2021 Рамазанова З. Р. ¹, Магомедов Р. В. ^{1, 2}, Минбулатова И. С. ¹

¹ Дагестанский государственный педагогический университет,
Махачкала, Россия; e-mail: zulfiraram@mail.ru,
rustammag79@yandex.ru, minbulatova.iza@mail.ru

² Дагестанский государственный университет народного хозяйства,
Махачкала, Россия; e-mail: rustammag79@yandex.ru

РЕЗЮМЕ. Целью исследования являлось изучение особенностей применения информационно-коммуникационных технологий как средства формирования культуры безопасности жизнедеятельности учащихся. **Методы.** Анализ, обобщение, наблюдение, анкетирование, педагогический эксперимент. **Результат.** Задачей современной средней школы выступает воспитание учащихся в комфортной и безопасной среде, формирование и развитие устойчивых навыков, творческого интереса и высокого уровня саморегулирования в области безопасности жизнедеятельности. Показана роль информационно-коммуникативных технологий в формировании культуры безопасности жизнедеятельности. **Вывод.** Опираясь на исследования по указанной проблеме, мы пришли к выводу, что процесс формирования культуры безопасности жизнедеятельности должен обеспечиваться на всех этапах получения начального, среднего и высшего образования, и не прекращаться и в дальнейшем, будучи подкрепленным материалами самообучения, переобучения и повышения квалификации, а равно как через получаемые новые и обновленные знания по каналам наставничества корпоративных специалистов по безопасности и охране труда, а также через средства массовой информации, активное применение информационно-коммуникативных технологий существенно расширяет возможности формирования культуры безопасности жизнедеятельности на современном этапе. ИКТ стали основой неуклонного совершенствования деятельности самих органов, ответственных за обеспечение безопасности жизнедеятельности, включая предотвращение чрезвычайных ситуаций.