



ВОСПИТАНИЕ ДОМА

(страничка для родителей: советы, сценарии и методики)

ФОРМИРОВАНИЕ ПОВЕДЕНЧЕСКОГО КОМПОНЕНТА ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ У ДОШКОЛЬНИКОВ

И. Новикова, И. Гаврилова,
Т. Зиатдинова, Т. Шамыгина

Формирование представлений у детей дошкольного возраста о здоровом образе жизни (ЗОЖ) предполагает приобретение и использование ими определённых навыков, направленных на укрепление и поддержание собственного здоровья. Особую роль в приобретении к такому опыту и в воспитании ценностного отношения к здоровью играет организация семейного поведения.

Исследуя представления у родителей дошкольников 7-го года жизни с задержкой психического развития (ЗПР) о ЗОЖ и условия формирования этих представлений у детей в семье, мы обратили внимание на то, что большинство родителей (78,7 % из 75 респондентов) указали на ре-

гулярность просмотра телевизионных передач и мультипликационных фильмов детьми дома.

Отметили, что дошкольники имеют возможность смотреть телевизор ежедневно вечером, а в выходные дни и в другое время (94,7 % родителей). При этом разрешают детям просмотр телепередач до 30 ми-

нут в день только 20,0 % родителей, позволяют делать это от 1 до 3 часов в день 56,0 % родителей, и более трёх часов в день — 24,0 % родителей.

На вопрос «Контролируете ли Вы время просмотра телевизора ребёнком?» ответили «Нет», «Не считаю нужным это делать» 8,0 % респондентов. Сказали, что контролируют время, проведённое дошкольником перед телевизором, 92,0 % родителей, но при этом большинство опрошенных ждут завершения телепередачи или мультфильма и стараются не прерывать их просмотр ребёнком.

Аналогичная ситуация наблюдалась при анализе ответов респондентов на вопрос «Сколько времени в день Ваш ребёнок играет в компьютерные игры?». Разрешают детям эти игры при наличии компьютера дома в течение часа 48,0 % родителей, позволяют делать это «примерно 10–15 минут» 28,0 % родителей, и позволяют детям проводить у компьютера два часа 24,0 % родителей.

Инициатором просмотра телевизионных передач или мультфильмов 76,0 % опрошенных назвали самого ребёнка, и 24,0 % респондентов отметили, что инициатива исходит от старших членов семьи.

Сказали, что отвлечь ребёнка от просмотра телевизионных передач могут прогулка, игры со взрослы-

ми, приход гостей или другая «любая интересная инициатива родителей» 88,0 % респондентов, считают, что «отвлечь ребёнка от телевизора невозможно», «отвлечь от телевизора может только компьютер» — 12,0 % родителей.

Полученные ответы свидетельствуют о недостаточном внимании большинства родителей как к организации свободного времени дошкольников в условиях семьи, так и к здоровью детей, на которое негативно влияет дефицит двигательной и физической нагрузки, зрительное утомление, продолжительный контакт с источниками электромагнитного излучения и шума.

Рассматривая телевизионные программы как часть информационного пространства, мы хотели узнать, передачи какого содержания дошкольники смотрят дома. 100 % родителей ответили, что дети смотрят мультфильмы, передачи о животных и детские развлекательные передачи.

В специально созданной нами игровой ситуации «Телевизор дома», предъявленной индивидуально каждому из 75 старших дошкольников, все дети сказали, что любят смотреть мультфильмы. В то же время 61,3 % дошкольников отметили, что также смотрят со старшими членами семьи сериалы, боевики и другие передачи. Рассказали, что любят смотреть рекламу 85,3 % детей.

Анализ ответов взрослых и детей показал, что родители не всегда контролируют просмотр телепередач детьми, дошкольники часто имеют свободный доступ к телевизору и используют это обстоятельство для переключения каналов по своему усмотрению.

Большинство родителей (72,0 %) указало, что обсуждают с ребёнком содержание просмотренных им передач и фильмов, однако 28,0 % респондентов ответили «нет, не обсуждаем», «обсуждаем иногда», «делаем это на следующий день для тренировки памяти».

Анализ ответов свидетельствует о том, что не все родители имеют представление об особой потребности детей с ЗПР в разъяснениях, комментариях и оценке новой информации.

На вопрос «Существуют ли в Вашей семье правила, направленные на сохранение здоровья при просмотре телепередач и игре за компьютером?» ответили утвердительно 89,3 % родителей, однако, смогли сформулировать эти правила только 38,7 % респондентов. Они назвали удалённость ребёнка от телевизора, негромкий звук, запрет просмотра детьми передач и фильмов для взрослых, ограничение времени просмотра телепередач или компьютерных игр. Сказали об отсутствии каких-либо правил 10,7 % родителей.

В условиях отсутствия необходимого контроля со стороны взрослых за длительностью просмотра и содержанием телевизионных передач и компьютерных игр, которыми увлечён ребёнок, отсутствия профилактических мер снижения психологической зависимости от этих занятий и вредного воздействия видеодисплейного терминала компьютера и телевизора на детский организм, мы рассматриваем эти ситуации как факторы угрозы детскому здоровью.

Дети дошкольного возраста с ЗПР имеют недостаточный запас знаний об окружающем мире и его явлениях, в том числе оказывающих влияние на здоровье, испытывают трудности в установлении причинно-следственных связей между здоровьем и образом жизни, затрудняются в самостоятельном приобретении навыков заботы о здоровье. В связи с этим предлагаемая нами технология формирования представлений о ЗОЖ у старших дошкольников с ЗПР включает работу с детьми по формированию поведенческого компонента представлений о ЗОЖ в ситуациях обращения с телевизором и компьютером и просветительскую работу с родителями по данному вопросу.

При подготовке консультаций для родителей «Телевизор, компьютер и ребёнок», «Теле-

визор и компьютер — друзья или враги» нами были использованы результаты научных исследований о психологических последствиях информатизации Ю. Д. Бабаевой, А. Е. Войскунского; о средствах речевого воздействия в рекламных текстах Н. А. Остроушко, М. Г. Дудиной; о психологическом воздействии телерекламы на детей Н. Н. Авдеевой, Н. Н. Фоминых, Д. А. Донцова; о влиянии компьютера на здоровье ребёнка Т. И. Васильевой, Л. А. Леоновой, Л. В. Макаровой и др.

Условия большого города делают для ребёнка более доступным, чем в любом другом месте проживания, реализацию желаний по приобретению компьютерных игр и различных фильмов из-за широкой сети реализации этой продукции, поэтому большое значение имеет позиция родителей по отношению к указанной проблеме.

Формированию у детей представлений о негативном влиянии на здоровье просмотра телевизионных передач и компьютерных игр способствовали беседы «Любимые телепередачи», «Компьютерные игры», во время которых детей познакомили с правилами поведения, способствующими сохранению здоровья, и рассказали об угрозе нарушения здоровья при их несоблюдении.

В ходе бесед было определено место просмотра телепередач и компьютерных игр в режиме дня дошкольников и оговорена продолжительность этой деятельности. До детей были доведены правила просмотра телепередач и занятий компьютерными играми, к которым мы отнесли следующее: *контроль за продолжительностью просмотра телепередач или компьютерных игр, в осуществлении которого участвует ребёнок, ориентируясь на показания песочных часов, звуковой сигнал будильника или телефона; решающий выбор телепередачи или компьютерной игры остаётся за взрослыми; осуществляется регулярное проветривание помещения, в котором находится работающий телевизор или компьютер; выполняются гимнастика для глаз с целью снятия зрительного напряжения, а также физические упражнения и растяжки для снятия мышечного напряжения тела.*

Для закрепления этих правил поведения с детьми были проведены подгрупповые занятия, во время которых в реальных ситуациях просмотра видеозаписи дошкольникам демонстрировали правила сохранения здоровья.

Были специально организованы ситуации «Телевизор дома» и «Компьютерные игры» в сюжетно-ролевой игре «Семья».

Воспитание дома

С целью закрепления представлений о поведении, способствующем ЗОЖ, было расширено привычное содержание сюжетно-ролевой игры «Больница». «Больным», проводящим много времени за компьютером и около телевизора, было продемонстрировано безопасное для здоровья поведение при использовании этих устройств. Вся информация была доведена до детей с опорой на их тактильные, зрительные, двигательные ощущения, а также личный опыт дошкольников.

Нам удалось заинтересовать родителей и привлечь их к участию в совместной работе по формированию представлений о ЗОЖ у детей.

Забота о здоровье во время проведения семейного досуга, в том числе, и при занятиях компьютерными играми, просмотре телепередач и мультфильмов, была отражена в содержании плакатов «Что такое здоровье» и «Мой любимый выходной», выполненных дошкольниками совместно с взрослыми.

Представленный в статье педагогический опыт в дальнейшем был успешно использован нами при формировании поведенческого компонента представлений о ЗОЖ у детей с другими особыми образовательными потребностями, а также у детей, посещающих массовые группы детского сада.

