

Батькам, вихователям, вчителям на замітку



У сім'ї, в системі дитячих дошкільних установ, в школі формування у дітей навичок безпечної поведінки необхідно розглядати нарівні з іншими найважливішими завданнями навчання і виховання дітей. Практика показує, що без спеціальних навичок дитина виявляється не в змозі виконати правила дорожнього руху. В умовах транспортної середовища одних "теоретичних" знань виявляється недостатньо.

До того, як діти починають самостійно рухатися по вулиці, вони протягом декількох років перебувають на ній в супроводі батьків. Батьки ведуть дітей в дитячий сад, назад, в перші місяці проводжають до школи. Здавалося б, часу цілком достатньо, щоб сформувати у дітей необхідні навички безпечного руху. Однак такий результат досягається далеко не завжди. Самі того не помічаючи виною цього стають самі батьки. Адже нерідко можна спостерігати, як батьки, поспішаючи відвести дитину в дитячий сад, біжать з ним по проїжджій частині або вибігають з-за стоячого автобуса або автомобіля, попередньо не переконавшись у відсутності рухомих транспортних засобів на дорозі. При цьому відбувається навчання дітей неправильного поведіння найефективнішим способом - особистим прикладом батьків. Крім того, відсутність будь-якої педагогічної підготовки, недосвідченість призводить до того, що батьки, перебуваючи на вулиці з дитиною, навіть не ставлять перед собою завдання використовувати кожну прогулянку в навчальних цілях. Їм зазвичай невідомі типові помилки дітей, що призводять до нещасних дорожньо-транспортних пригод, невідома ведуча роль навичок і сам перелік цих навичок. Багато що з того, що все ж робиться в цьому відношенні в сім'ї, робиться інтуїтивно. Необхідно, щоб батьки зрозуміли небезпеку, яка загрожує дітям на вулиці і її причини, навчилися порівнювати свою поведінку з свідомістю відповідальності за безпеку своїх дітей.

У молодшому дошкільному віці дитина повинна засвоїти:

- хто є учасником дорожнього руху;
- елементи дороги (дорога, проїжджа частина, тротуар, узбіччя, пішохідний перехід, перехрестя);
- транспортні засоби (трамвай, автобус, тролейбус, легковий автомобіль, вантажний автомобіль, мотоцикл, велосипед);
- засоби регулювання дорожнього руху;
- червоний, жовтий і зелений сигнали світлофора;
- правила руху по узбіччях і тротуарах;
- правила переходу проїжджої частини;
- без дорослих виходити на дорогу не можна;
- правила посадки, поведінки і висадки в громадському транспорті.

Методичні прийоми навчання навичкам безпечної поведінки дитини на дорозі:

- своїми словами, систематично і ненав'язливо знайомити з правилами тільки в обсязі, необхідному для засвоєння;
- для ознайомлення використовувати дорожні ситуації при прогулянках у дворі, на дорозі;
- пояснювати, що відбувається на дорозі, які транспортні засоби вона бачить;
- коли і де можна переходити проїжджу частину;
- вказувати на порушників правил як пішоходів, так і водіїв;
- закріплювати зорову пам'ять (де транспортний засіб, елементи дороги, магазини, школи, дитячі садки, аптеки, пішохідні переходи, світлофори, шляхи безпечного і небезпечного руху в дитячий сад);
- розвивати просторове уявлення (близько, далеко, ліворуч, праворуч, по ходу руху, ззаду);
- розвивати уявлення про швидкість руху транспортних засобів пішоходів (швидко їде, повільно, повертає);
- не залякувати дитину вулицею: страх перед транспортом не менш шкідливий, ніж безтурботність і неухважність;
- читати дитині вірші, загадки, дитячі книжки на тему безпеки руху.

У середньому дошкільному віці дитина повинна засвоїти:

- хто є учасником дорожнього руху (пішохід, водій, пасажир, регулювальник);
- елементи дороги (дорога, проїжджа частина, узбіччя, тротуар, перехрестя, лінія тротуарів і узбіччя, огорожа дороги, розділова смуга, пішохідний перехід);
- транспортні засоби (автомобілі, мотоцикли, велосипед, мопед, трактор, гужовий візок, автобус, трамвай, тролейбус, спеціальний транспортний засіб);
- засоби регулювання дорожнього руху;
- основні сигнали транспортного світлофора (червоний, червоний одночасно з жовтим, зелений, зелений миготливий, жовтий миготливий);
- п'ять місць, де дозволяється ходити по дорозі;
- шість місць, де дозволяється переходити проїжджу частину;
- правила руху пішоходів у встановлених місцях;
- правила посадки, рух при висадці в громадському транспорті;
- без дорослих переходити проїжджу частину і ходити по дорозі

не можна;

- обходити будь-який транспорт треба з боку інших транспортних засобів, що наближаються, в місцях з хорошою видимістю, щоб пішохід бачив транспорт, і водій транспорту бачив пішохода.

Методичні прийоми навчання дитини навичкам безпечної поведінки на дорозі:

- своїми словами систематично і ненав'язливо знайомити з правилами тільки в обсязі, необхідному для засвоєння;
- використовувати дорожню обстановку для пояснення необхідності бути уважним і пильним на дорозі;
- пояснювати, коли і де можна переходити проїжджу частину, а коли і де не можна.

У старшому дошкільному віці дитина повинна засвоїти:

- хто є учасником дорожнього руху, і його обов'язки; основні терміни та поняття правил (велосипед, дорога, дорожній рух, залізничний переїзд, маршрутний транспортний засіб, мопед, мотоцикл, перехрестя, пішохідний перехід), лінія тротуарів, проїжджа частина, розділова смуга, регулювальник, транспортний засіб, поступіться дорогою);

- обов'язки пішоходів;
- обов'язки пасажирів;
- регулювання дорожнього руху;
- сигнали світлофора і регулювальника;
- попереджувальні сигнали;
- рух через залізничні колії;
- рух в житлових зонах;
- перевезення людей;
- особливості руху на велосипеді.

Методичні прийоми навчання дитини навичкам безпечної поведінки на дорозі:

- в дорожній обстановці навчайте орієнтуватися і оцінювати дорожню ситуацію;
- пояснюйте необхідність бути уважним, обережним і обачним на дорозі;
- виховуйте у дитини потребу бути дисциплінованою, виробляйте в неї позитивні звички з безпечної поведінки на дорозі;
- пояснюйте необхідність бути постійно пильною, на дорозі, в цю пору залякуйте транспортною ситуацією;
- вказуйте на помилки пішоходів і водіїв;
- пояснюйте, що таке дорожньо-транспортна пригода (ДТП) і її причини;
- закріплюйте знання безпечної поведінки за допомогою ігор, діафільмів, читайте книги, вірші, загадки з використанням дорожньо-транспортних ситуацій;
- використовуйте прогулянки для закріплення і пояснення правил роботи світлофорів, показуйте дорожні знаки і дорожню розмітку, а якщо регулювальник регулюватиме рух, то поясніть його сигнали, частіше звертайтеся до дитини з питаннями по дорожній обстановці.

Пам'ятайте! Дитина вчиться законам доріг, беручи приклад з членів сім'ї та інших дорослих. Особливо приклад тата і мами вчить дисциплінованої поведінки на дорозі не тільки вашу дитину, але й інших батьків. Не шкодуйте часу на навчання дітей поведінки на дорозі.

Бережіть дитину! Намагайтеся зробити все можливе, щоб захистити її від нещасних випадків на дорозі!

Як навчити дітей знімати втому



Молодший школяр ще не вміє організувати своє життя і діяльність так, щоб знімати втому, накопичену за день. Але хочемо ми цього чи не хочемо, навіть за найсприятливіших умов навчання в школі і в сім'ї, організм, що не звик ще до важкої навчальної праці, пов'язаної з великою розумовою напругою і багатогодинною малорухомою діяльністю, починає накопичувати втому. Як допомогти дитині звільнитися від неї?

Звичайно, дорослий може сам контролювати ситуацію - змінити діяльність («перш ніж робити уроки, піди погуляй», «ти подивився телепередачу, а тепер допоможи мені підмести підлогу», «ти зробив домашнє завдання, тепер підемо погуляємо, сходимо за молодшим братом в дитячий сад (в сквер, в магазин, на пошту тощо)»).

Все це добре, але ж не завжди дитина буде у нас на очах: мама збирається виходити на роботу, та й бабуся живе в іншому місті... Так чи можна навчити дитину саму справлятися з втомою? Звичайно, це в ваших силах.

Перш за все, ви повинні розповісти синові або дочці про те, що відбувається з людиною, коли вона довго займається одноманітною діяльністю.

Дитина в 7-8 років обов'язково зрозуміє вас. Ця бесіда повинна бути нетривалою, але часто повторюватися. «Пам'ятаєш, - говорите ви синові, - я розповідала тобі про те, чому небезпечно довго займатися однією і тією ж діяльністю? Наведу тобі ще один приклад ...» - і згадуєте випадок про іншого хлопчика чи дівчинку - однокласника вашого сина, з яким сталося щось.

Втома, що постійно накопичується приносить багато неприємностей. Вона діє непомітно і не відразу. Може пройти не один місяць, перш ніж ви помітите, що дитина змінилася - часто скаржиться на головний біль, погано спить (довго засинає і насилу прокидається, часто ворухиться. Скрикує, без видимої причини плаче уві сні).

Стомлюваність відбивається на емоційному благополуччі - діти стають дратівливими, неадекватно реагують на зауваження, проявляють різкість і грубість. Можна помітити і таке явище: дитина тихо сидить з відсутнім виглядом, дивиться в одну точку - вона не може зосередитися. Все це ознаки втоми, яку сам організм вже зняти не може. Ваші зауваження, якими ви хочете виправити становище, тільки погіршують його.

Ще на початку століття італійський фізіолог Моссо і німецькі вчені Верхард, Лоренц і Гакер довели, що стомлення і перевтома - явища фізіологічні і хімічні. Була відкрита навіть отрута перевтоми - кенотоксин, яка негативно діє не тільки на працездатність людини, а й на її загальний стан.

Чи є вихід? Чи можна своїми силами забезпечити захист організму?

Дамо дві поради

По-перше, навчіть дітей правилу, яке дуже популярно на Заході: якщо можеш сидіти, а не лежати - сиди; якщо можеш стояти, а не сидіти - стій; якщо можеш рухатися - рухайся.

По-друге, навчіть дітей вправам, які допоможуть їм самостійно звільнитися від втоми. Дитину можна навчити вправам, які можна робити при втомі очей, руки, спини тощо.