

# Здоровье и безопасность детей дошкольного возраста

Попадая в различные жизненные ситуации, зачастую, ребёнок может просто растеряться. Задача взрослых познакомить детей с правилами безопасного поведения, помочь им в приобретении опыта такого поведения в быту, в социуме, на дороге или на природе.

Для этого, во-первых, надо дать детям необходимую сумму знаний общепринятых норм поведения человека. Во-вторых, научить адекватно, осознанно действовать в той или иной обстановке. В-третьих, развивать у дошкольников самостоятельность и ответственность.

При этом следует помнить, что ребёнок скорее запомнит не то, что мы ему сказали, а то, как мы поступаем сами. Поэтому предлагаем вам проверить самих себя на подготовленность в вопросах создания безопасной среды для наших детей.

## Ребёнок дома

Предметы домашнего быта, которые являются источниками потенциальной опасности для детей, делятся на три группы:

1. Предметы, которыми категорически запрещается пользоваться (спички, газовые плиты, печка, электрические розетки, включённые электроприборы).
2. Предметы, с которыми, в зависимости от возраста детей, нужно научиться правильно обращаться (иголка, ножницы, нож).
3. Предметы, которые взрослые должны хранить в недоступных для детей местах (бытовая химия, лекарства, спиртные напитки, сигареты, пищевые кислоты, колюще-режущие инструменты).

Ребёнок усваивает, что предметами первой группы могут пользоваться только взрослые. Здесь, как нигде, уместны прямые запреты. Ребёнок, ни при каких обстоятельствах не должен самостоятельно зажигать спички, включать плиту, прикасаться к включённым электрическим приборам. Прямые запреты сопровождаются объяснениями, примерами из литературных произведений (например, «Кошкин дом» С. Маршака), играми-драматизациями.

Для включения в обиход ребёнка предметов второй группы, необходимо уделить время для выработки соответствующих навыков (в зависимости от возраста детей).

Проблемы безопасности в связи с предметами третьей группы и правила их хранения обсуждаются с детьми ситуативно.

## Ребёнок и другие люди

Рассказывая об опасности контактов с незнакомыми взрослыми, учитывайте, что у детей собственные представления о том, какие взрослые могут быть опасными, а какие нет: большинство детей считает, что опасными являются люди с неприятной внешностью или неопрятно одетые.

Можно использовать примеры из знакомых сказок и литературных произведений. Например, злая мачеха прикинулась доброй старушкой и дала царевне отравленное яблоко в «Сказке о мёртвой царевне и о семи богатырях» А.С. Пушкина. Золушка была одета в лохмотья, испачкана сажей и золой, но была доброй. Чудище в «Аленьком цветочке» оказалось добрым заколдованным принцем.

Рассмотрите и обсудите со своим ребёнком (исходя из его эмоциональной и психологической готовности) возможные ситуации насильственного поведения со стороны взрослого (хватает за руку, затаскивает в машину) и объясните, как следует вести себя в подобных ситуациях. Защитное поведение лучше отрабатывать в ходе специальных тренингов.

Дети должны знать, что им надо громко кричать, призывая на помощь и привлекая внимание окружающих: «На помощь, помогите, чужой человек». Цель взрослых – научить детей, прежде всего застенчивых, робких, неуверенных в себе, как себя вести, чтобы окружающие поняли, что совершается насилие, и не спутали его с обычными детскими капризами.

Необходимо разъяснить, что опасности могут подстеречь их не только на улице, но и дома, поэтому нельзя входить в подъезд одному, без родителей или знакомых взрослых, нельзя открывать дверь чужим, даже если у незнакомого человека ласковый голос, или он представляется знакомым родителей, знает, как их зовут, и действует якобы от их имени. Объясните ребёнку, что нужно уметь сказать «нет» другим детям, которые хотят втянуть его в опасную проделку. Закрепляйте полученные ребёнком знания, проигрывая разные сценарии опасных ситуаций: ребёнок дома один; ребёнок дома с друзьями, братьями, сёстрами; ребёнок дома со взрослыми. Для того, чтобы ребёнку было проще воспринимать, реальные ситуации лучше подкреплять соответствующими сказочными сюжетами, например «Волк и семеро козлят», «Лиса в заячьей шкуре», «Кот, петух и лиса» и т.д.

## Ребёнок и природа

Приходится говорить с детьми и о проблемах загрязнения окружающей среды, объяснять, как ухудшение экологических условий сказывается на человеке и живой природе. К сожалению, экологическая ситуация ухудшается, и это представляет определенную угрозу для здоровья человека.

Необходимо объяснить детям, что выполнение привычных требований взрослых (пей кипяченую воду, мой руки перед едой, ешь только мытые фрукты и овощи) в наши дни может уберечь от болезней, а иногда и спасти жизнь.

Необходимо объяснить детям, что можно делать и чего нельзя делать при контактах с животными. Например, можно кормить бездомных собак и кошек, но нельзя их трогать и брать на руки.

Нужно рассказать детям о ядовитых растениях, которые растут в лесу, на полях и лугах и которые нужно знать каждому. Для ознакомления с этими растениями можно использовать картинки, наглядные материалы, детям следует объяснить, что надо быть осторожными и отучиться от вредной привычки пробовать все подряд (ягоды, травинки), так как в результате ухудшающейся экологической обстановки, опасным может оказаться даже неядовитое растение.

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

