

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Паспорт программы	3
2.	Пояснительная записка	4
3.	Учебно-тематический план	8
4.	Содержание изучаемого курса	10
5.	Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы	21
6.	Список литературы	22
7	Приложения	23

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Дополнительная образовательная программа «Карусель безопасности » (далее - Программа)
Руководитель программы	Воспитатель Кучерова Наталья Михайловна , высшая категория
Организация-исполнитель	МАДОУ «ЦРР - Детский сад № 14» г.о. Саранск
Адрес организации исполнителя	г. Саранск, ул. Полежаева 115 А
Цель программы	Формировать у детей представления об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них
Направленность программы	Социально-коммуникативное
Срок реализации программы	1 год
Вид программы Уровень реализации программы	адаптированная дошкольное образование
Система реализации контроля за исполнением программы	координацию деятельности по реализации программы осуществляет администрация образовательного учреждения; практическую работу осуществляет педагогический коллектив
Ожидаемые конечные результаты программы	<u>5-6 лет</u> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Знать: правила безопасного поведения на дорогах, на улице, дома, на природе. ➤ Уметь: действовать в тех или иных ситуациях, оценивать возможности по преодолению опасности. ➤ Владеть: алгоритмом действий в предполагаемых сложных ситуациях.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Направленность программы.

Кружок «Карусель безопасности» направлен для начального формирования у детей дошкольного возраста старшей группы сознательного отношения к вопросам личной безопасности, приобретение первичных знаний и умений распознавать и оценивать опасные ситуации. Определять способ защиты от них, и в конечном счете, для воспитания «Безопасного типа» - личности, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни человека, осознающей их важность, стремящейся решать эти проблемы и при этом разумно сочетать личные интересы с интересами общества.

2. Новизна программы.

Новизной и отличительной особенностью программы является познавательное, социально-коммуникативное развитие у детей, развитие исследовательского характера, пространственных представлений, физических и психических закономерностей, овладение разнообразными способами практических действий, появление созидательного отношения к окружающему.

Программа направлена на формирование основ безопасности детей дошкольного возраста. Определить, правильно или неправильно ведет себя человек в тех или иных обстоятельствах, очень сложно. Ведь даже открытый конфликт ребенка с взрослым или сверстником в некоторых случаях можно оценить положительно – как стремление отстоять себя и право на свое мнение, поступок.

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. Тем не менее, необходимо выделить такие правила поведения, которые дети должны выполнять неукоснительно, так как от этого зависят их здоровье и безопасность. Для этого очень важно найти адекватный способ объяснения детям этих правил, а затем следить за их выполнением.

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.

3. Актуальность программы.

Актуальность темы кружковой работы обусловлена в первую очередь социальным запросом родителей, чьи дети уже через 2 года становятся школьниками. Большая часть родителей – работающие. Ребенок часть свободного времени после уроков в школе будет проводить без присмотра и

контроля взрослых, поэтому родителей волнует, достаточно ли их ребенок внимателен, осторожен и предусмотрителен.

Как оказалось, большинство детей старшей возрастной группы несамостоятельны и не могут принять верное решение (особенно в экстренных ситуациях), не знакомы с правилами техники безопасности на улице и дома.

«Самое дорогое у человека – это жизнь», - писал Н.А.Островский. А жизнь ребенка вдвойне дорога, потому что он еще только делает первые шаги в сложном мире, постигает день за днем все изгибы и превратности нашего быта. И от того, донесут ли взрослые до его сознания необходимые знания о безопасности, будет зависеть жизнь малыша.

Часто, втягиваясь в круговорот повседневности, мы забываем о том, сколько неожиданных опасностей подстерегает человека на жизненном пути. Наша беспечность и равнодушное отношение к своему здоровью зачастую приводит к трагедии. А ведь человек может предотвратить беду, уберечь себя и своих близких от опасности, если будет владеть элементарными знаниями основ безопасности жизнедеятельности.

С первых лет жизни активность ребенка в вопросах познания окружающего мира, его любознательность иногда становятся для него небезопасным. Поэтому важной социальной задачей является воспитание у ребенка навыков адекватного поведения в различных неожиданных ситуациях. Дети могут оказаться в непредвиденной ситуации и на улице и дома, поэтому у ребенка должна сформироваться устойчивая потребность в безопасности. И, поскольку опыт с детства во многом определяет взрослую жизнь человека, то алгоритмы, лежащие в основе безопасного поведения, необходимо начинать формировать как можно раньше.

У детей дошкольного возраста отсутствует та защитная психологическая реакция на опасность, которая свойственна взрослым. Их жажда знаний, желание постоянно открывать что-то новое часто ставит ребенка перед реальными опасностями.

Знания эти формируются в процессе воспитания, следовательно, обучение детей обеспечению безопасности их жизнедеятельности является актуальной педагогической задачей, в решении которой должны принимать участие не только педагоги, но и родители, общественность, различные ведомственные структуры, которые ответственны за жизнь и здоровье граждан.

Необходимость формирования у детей дошкольного возраста основ безопасности жизнедеятельности (состояния физической, психической и социальной защищенности), как необходимого условия полноценного развития человека, послужила основанием для выбора темы кружковой работы.

4. Отличительные особенности программы.

Учебно-воспитательный процесс осуществляется через различные направления работы: познание окружающего мира, зрительной памяти, пространственного мышления, которые дополняются друг в друге, взаимно отражаются, что способствует формированию нравственных и

познавательных качеств у детей. Особое внимание уделяется обучению детей по формированию основ безопасности жизнедеятельности.

В данной программе предпринята попытка, по-новому подойти к организации, содержанию и методам работы. Особое внимание уделено взаимодействию ДОУ с семьей.

5. Педагогическая целесообразность программы.

Основные принципы, заложенные в основу программы:

1. Принцип индивидуального и дифференцированного подхода, т. е. учет личностных, возрастных особенностей детей и уровня их психического и физического развития.

2. Принцип взаимодействия «дети-дорожная среда», «дети-пожарная безопасность», «дети-личная безопасность». Чем меньше возраст, тем легче формировать у него социальные чувства и устойчивые привычки безопасного поведения. Пластичность нервной системы ребенка позволяет успешно решать многие воспитательные задачи.

3. Принцип возрастной безопасности. С раннего детства следует постоянно разъяснять детям суть явлений в дорожной среде, опасность движущих объектов, правила пожарной безопасности, соблюдения правил личной безопасности.

4. Принцип социальной безопасности. Дошкольники должны понимать, что они живут в обществе, где надо соблюдать определенные нормы и правила.

5. Принцип самоорганизации, саморегуляции и самовоспитания. Этот принцип реализуется при осознании детьми правил безопасного поведения.

6. Цель программы: формировать у детей представления об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них.

7. Задачи программы.

5-6 года

Обучающие задачи:

- Дать детям первоначальное представление об основах безопасности жизнедеятельности.

- Систематизировать и углубить знания детей о правилах безопасного поведения, формировать привычки их соблюдения.

- Учить детей овладению приемами элементарного практического взаимодействия с окружающими предметами, с помощью которых можно предотвратить ситуацию.

Воспитательные задачи:

- Воспитывать у детей самостоятельность, осторожность, внимательность и ответственность.

Развивающие задачи:

- Развивать у детей навыки адекватного поведения в различных неожиданных ситуациях во дворе, дома, на природе, в общественных местах.

- Формировать чувства ответственности за свои поступки и личное отношение к соблюдению правил безопасного поведения.

8. Возраст детей.

Программа рассчитана для детей старшей группы (5-6 лет).

9. Срок реализации программы: 1 год.

Срок реализации программы: октябрь – май.

10. Форма детского образовательного объединения: кружок.

Режим организации занятий:

Занятия кружка проводится 1 раз в неделю длительностью 25 минут во второй половине дня. Общее количество занятий в год – 34

11. Ожидаемые результаты и способы их проверки.

5-6 лет

➤ **Знать:** правила безопасного поведения на дорогах, на улице, дома, на природе.

➤ **Уметь:** действовать в тех или иных ситуациях, оценивать возможности по преодолению опасности.

➤ **Владеть:** алгоритмом действий в предполагаемых сложных ситуациях.

12. Форма подведения итогов.

Итогом в реализации программы являются:

- выставка детских работ.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			
		всего		теория	практика
		кол-во занятий	мин.		
1	Диагностика	1	25 мин	5 мин	20 мин
2	«Дорога и ее предназначение»	1	25мин	5 мин	20 мин
3	«ПДД»	1	25мин	5 мин	20 мин
4	«Светофор и его сигналы»	1	25мин	5 мин	20 мин
5	«Дорожные знаки»	1	25мин	5 мин	20 мин
6	«Я-велосипедист»	1	25мин	5 мин	20 мин
7	«Правила поведения в транспорте»	1	25мин	5 мин	20 мин
8	«Безопасное поведение пешехода на дороге»	1	25мин	5 мин	20 мин
9	«Железная дорога»	1	25 мин	5 мин	20 мин
10	«Дорога-не место для игр»	1	25 мин	5 мин	20 мин
11	«Экскурсия на дороги города. Викторина»	1	25 мин	5 мин	20 мин
12	«Если ты заблудился»	1	25 мин	5 мин	20 мин
13	«Правила безопасного поведения на воде в разное время года»	1	25 мин	5 мин	20 мин
14	«Опасные растения»	1	25 мин	5 мин	20 мин
15	«Водоемы»	1	25 мин	5 мин	20 мин
16	«Как бы поступили вы?»	1	25 мин	5 мин	20 мин
17	«Безопасность в доме. Домашняя аптечка»	1	25 мин	5 мин	20 мин
18	«Бытовые приборы»	1	25 мин	5 мин	20 мин
19	«Небезопасные зимние забавы»	1	25 мин	5 мин	20 мин
20	«Спички-не игрушка»	1	25 мин	5 мин	20 мин

21	«Пожар в доме»	1	25 мин	5 мин	20 мин
22	«Как вызвать полицию и скорую помощь»	1	25 мин	5 мин	20 мин
23	«Безопасность в быту»	1	25 мин	5 мин	20 мин
24	«Если дома ты один»	1	25 мин	5 мин	20 мин
25	«Театрализация сказки Т.А.Шорыгиной Лиса в заячей шубке»	1	25 мин	5 мин	20 мин
26	«Конфликты»	1	25 мин	5 мин	20 мин
27	«Что такое хорошо и что такое плохо»	1	25 мин	5 мин	20 мин
28	«Викторина»	1	25 мин	5 мин	20 мин
29	«Микробы и вирусы»	1	25 мин	5 мин	20 мин
30	«Врачи-наши друзья»	1	25 мин	5 мин	20 мин
31	«Правила оказания первой помощи»	1	25 мин	5 мин	20 мин
32	«Кошки и собаки-наши соседи»	1	25 мин	5 мин	20 мин
33	«Игры во дворе»	1	25 мин	5 мин	20 мин
34	Итоговая работа	1	25 мин	5 мин	20 мин
		34	30 часов	5 часов	20 часов

**СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА
КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ
ПЛАН**

Тема	Раздел, тема	Содержание	Методы обучения	Формы работы	Работа с родителями
Тема №1	Диагностика	Выявить уровень знаний детей в области основ безопасного поведения в различных ситуациях на начало года.	Беседа. Практическое занятие	индивидуальная	Презентация «Программа дополнительного образования «Безопасное детство»
Тема №2	«Дорога и ее предназначение»	Дать основные понятия об улице, дороге, тротуаре; прививать правила безопасного поведения пешехода на тротуаре.	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №3	«ПДД»	Познакомить детей с правилами дорожного движения. Беседа о правилах и участниках дорожного движения. Подвижная игра «Автомобили».	Беседа. Практическое занятие	групповая	Познакомить родителей воспитанников с особенностями развития детей подготовительной группы.
Тема №4	«Светофор и его сигналы»	Беседа с детьми «Как появился светофор». Изучить назначение светофора. Дидактическая игра «Светофорики».	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №5	«Дорожные знаки»	Рассматривание предметных картинок «Дорожные знаки» Настольная игра «Участники дорожного движения».	Беседа. Практическое занятие	групповая	

Тема №6	«Я-велосипедист»	Рассказать детям об истории создания велосипеда, о правилах езды. Проблемная ситуация «Какой путь для велосипеда верный».	Беседа. Практическое занятие	групповая	Консультация «Пример родителей-один из основных факторов успешного воспитания у детей навыков безопасного поведения»
Тема №7	«Правила поведения в транспорте»	Научить соблюдать правила пользования общественным транспортом. Сюжетно-ролевая игра «Поездка в город».	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №8	«Безопасное поведение пешехода на дороге»	Показ правильного перехода через дорогу. Разбор конкретных ситуаций. Обратить особое внимание на знак «Пешеходный переход» и на правило перехода по этому знаку.	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №9	«Железная дорога»	Памятка «Правила поведения на железной дороге»	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №10	«Дорога-не место для игр»	Рассматривание с детьми и обсуждение сюжетных картинок «Дети на дороге». Дидактическая игра «Опасно-неопасно».	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №11	«Экскурсия на дороги города Викторина»	Рассматривание дорожных знаков, обсуждение. Викторина «Мы и дорога».	Беседа. Практическое занятие	групповая	

Тема №12	«Если ты заблудился»	Проблемная ситуация «Я заблудился». Ситуативная беседа «Назови свой адрес». Игровая ситуация «Кто, где живет?».	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №13	«Правила безопасного поведения на воде в разное время года»	Познакомить детей с правилами поведения на водоемах при купании, при передвижении по льду.	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №14	«Опасные растения»	Чтение рассказа Т.А.Шорыгиной «Советы лесной мышки». Рассматривание наглядных пособий по теме. Дидактическая игра «Вредные-полезные».	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №15	«Водоемы»	Просмотр видеофильма «Вода на Земле». Ситуативная беседа «Чем опасен водоем».Опыты с водой «Тонет-не тонет».	Беседа. Практическое занятие	групповая	Консультация для родителей «Изучаем дорожные знаки»
Тема №16	«Как бы поступили вы?»	Викторина «Как бы поступили вы». Командное развлечение, инсценировки.	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №17	«Безопасность в доме. Домашняя аптечка»	Дать понять детям о том, что лекарства могут оказаться полезными и вредными в зависимости от ситуации.	Беседа. Практическое занятие	групповая	

Тема №18	«Бытовые приборы»	Рассмотреть правила безопасного поведения при пользовании бытовыми приборами. Роль бытовых приборов в жизни человека.	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №19	«Небезопасные зимние забавы»	Рассказать детям о правилах безопасного поведения во время зимних забав.	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №20	«Спички-не игрушка»	Рассказ «Кто придумал спички». Проблемная ситуация «Если рядом огонь». Конструирование из спичечных коробков.	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №21	«Пожар в доме»	Рассказ о правилах поведения при возникновении пожара. Причины возникновения пожара.	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №22	«Как вызвать полицию и скорую помощь»	Познакомить детей с номерами телефонов экстренных служб. Практическая работа «Вызываем спецслужбу по телефону».	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №23	«Безопасность в быту»	Рисование по теме «Безопасность в быту». Выставка рисунков.	Беседа. Практическое занятие	групповая	

Тема №24	«Если дома ты один»	Беседа «Один дома». Театрализация «Один дома» с практическим решением детьми проблемных ситуаций.	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №25	«Театрализация сказки Г.А.Шорыгиной Лиса в заячьей шубке»	Прослушивание сказки. Инсценировка сказки по ролям.	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №26	«Конфликты»	Познакомить детей с возможными конфликтными ситуациями и способами их преодоления.	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №27	«Что такое хорошо и что такое плохо»	Чтение стихотворения В.Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо», обсуждение. Рисование иллюстраций к произведению.	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №28	«Викторина»	Развлечение. Показ и разбор вариантов взаимодействия взрослых и детей.	Беседа. Практическое занятие	групповая	Консультация для родителей «Общение ребенка со сверстниками»
Тема №29	«Микробы и вирусы»	Дать детям представления об инфекционных болезнях и их возбудителях.	Беседа. Практическое занятие	групповая	

Тема №30	«Врачи-наши друзья»	Объяснить детям, почему необходимо своевременно обращаться к врачу. Важно научить ребенка не бояться посещений врача. Рассказать о важности прививок.	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №31	«Правила оказания первой помощи»	Познакомить детей с правилами поведения при ушибах, укусах, ранах, ожогах и т.д.	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №32	«Кошка и собака-наши соседи»	Учить детей понимать состояние и поведение животных; знать, как обращаться с ними, уметь считаться с желанием, поведением животных.	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №33	«Игры во дворе»	Обсудить с детьми различные опасные ситуации, которые могут возникнуть при играх во дворе, научить их необходимым мерам предосторожности.	Беседа. Практическое занятие	групповая	
Тема №34	Итоговая работа	Выявить уровень развития по основам безопасного поведения в различных ситуациях у детей на конец учебного года.	Беседа. Практическое занятие	групповая	

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Формы занятий, планируемых по каждой теме или разделу.

В процессе занятий используются различные формы: игры; чтение; просмотр тематических видеофильмов; тренинги поведения в опасных ситуациях; беседы; выставки рисунков и поделок; встречи с представителями профессий врача, полицейского, электрика; викторины.

2. Приемы и методы организации.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словестный (объяснение, рассказ, беседа, чтение художественной литературы);

- наглядный (наблюдение, показ иллюстраций, показ (выполнение) педагогом);

- практический (выполнение работы, игра, упражнения).

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности детей:

- фронтальный (одновременная работа со всеми детьми);

- групповой (организация работы в группах);

- индивидуальный (индивидуальное выполнение задания).

3. Дидактический материал.

Бумага разного формата и

цвета. Плакаты по темам.

Методическая литература.

Художественная литература.

Демонстрационный материал.

Раздаточный материал.

Картотека игр, загадок.

Уголки ПДД и здоровья.

4. Техническое оснащение занятий.

Использование ЭСО 7-10 минут.

Для проведения занятий имеется отдельное помещение, отвечающее требованиям противопожарной безопасности и санитарии.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагогов

1. Авдеева, Н.Н. Безопасность: учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста / Н.Н. Авдеева. – СПб.: «Детство – Пресс», 2009.
2. Белая, К.Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников / К.Ю. Белая. – М.: Мозаика – Синтез, 2012. – 43с.
3. Гарнышева, Т.П. ОБЖ для дошкольников. Планирование работы, конспекты занятий, игры / Т.П.Гарнышева. – СПб.: ООО Издательство Детство Пресс, 2013. – 128с.
4. Коломеец, Н.В. Формирование культуры безопасного поведения у детей 3 – 7 лет / Н.В. Коломеец. – Издательство: Учитель, 2015. – 172с.
5. Марудова, Е.В. Ознакомление дошкольников с ооружающим миром. Экспериментирование / Е.В. Марудова. – СПб.: Издательство Детство-Пресс, 2013. – 128с.

Список литературы для детей и родителей

1. Жукова, Р.А. Пожарная безопасность. Нестандартные занятия. Подготовительная группа / Р.А. Жукова. – Волгоград: ИТД «Корифей», 2010. – 96с.
2. Калашникова, О.В. Путешествие в страну дорожных знаков и сказок / О.В. Калашникова. – Волгоград: Учитель, 2006.
3. Павлова, Л.Ю. Сборник дидактических игр по ознакомлению с окружающим миром: для работы с детьми 4-7 лет / Л.Ю. Павлова. – М.: Мозаика – Синтез, 2014. -80с.
4. Шорыгина, Т.А. Безопасные сказки. Беседы с детьми о безопасном поведении дома и на улице / Т.А. Шорыгина. – М.: ТЦ Сфера, 2014. – 128с.
5. Шорыгина, Т.А. Беседы об основах безопасности с детьми / Т.А. Шорыгина. – М.: ТЦ Сфера, 2014. -80с.
6. Шорыгина, Т.А. Беседы о здоровье. Методическое пособие / Т.А. Шорыгина. – М.: ТЦ Сфера, 2012. – 64с.

Консультация для родителей

«Пример родителей - один из основных факторов успешного воспитания у детей навыков безопасного поведения на улице»

На этапе дошкольного детства одна из наиболее важных задач для ребенка – научиться правилам жизни во взрослом мире – мире спешащих людей и машин. В современном мире между человеком и машиной ведется тайная война, а главное ее поле — это автодорога. Анализ статистических данных, проведенный совместно с сотрудниками ГИБДД, позволил выявить основные причины дорожных нарушений:

- незнание дошкольниками элементарных правил;
- стремление к самостоятельности, но неумение адекватно оценивать свои силы и возможности;
- безучастное отношение взрослых к поведению детей на дорогах.

Помочь ребенку войти в этот мир с максимальными приобретениями и минимальным риском – обязанность взрослых.

Воспитание у дошкольников безопасного поведения на дорогах должно осуществляться несколькими путями. Прежде всего – через непосредственное восприятие окружающего мира, в процессе которого дети активно знакомятся с различными дорожными ситуациями, воспринимая и называя предметы, явления, действия людей, их взаимоотношения между собой, анализируя эти отношения и делая выводы.

Второй путь – познание действительности через рассказы родителей, воспитателей, чтение художественной литературы, просмотры телевизионных передач, диафильмов и видеофильмов, через подвижные игры, с помощью различных картинок, иллюстраций, атрибутов и личный пример взрослых.

И, наконец – через специальную работу по формированию у детей значимых для безопасного поведения двигательных навыков и установок восприятия.

Формирование дисциплинированности, организованности надо начинать еще в раннем детстве, когда усвоенные правила становятся в дальнейшем нормой поведения. Исследования психологов показывают, что у детей дошкольного возраста наблюдается разрыв между теоретическими знаниями и их практическим применением. Дети не умеют управлять своим поведением. Вместе с тем их с ранних лет привлекает разнообразие окружающего мира: дома, улицы, движущиеся по ним пешеходы и транспорт. Но наблюдение за жизнью улицы само по себе не обеспечивает формирование правильных представлений о правилах дорожного движения. Поэтому дети, предоставленные самим себе, мало считаются с реальными опасностями на дороге. Не умея правильно определять расстояние до приближающего автомобиля и его скорость, они переоценивают собственные возможности, считают себя быстрыми и ловкими. У маленьких детей

отсутствует способность предвидеть возможность возникновения опасности в быстро меняющейся дорожной обстановке.

Уважаемые родители! Помогите детям выбрать самый безопасный маршрут от дома до детского сада. Несколько раз, не спеша, пройдите с ним до детского сада и обратно и объясните ребенку, какие правила ему надо выполнять.

Родители! Учите детей наблюдать. Используйте каждый случай пребывания с ребенком на улице, чтобы учить его наблюдать при переходе улицы, при проезде в общественном транспорте, сами знайте и выполняйте правила движения, будьте для детей примером дисциплинированности на улице. Не спешите, переходите дорогу размеренным шагом. Выходя на проезжую часть дороги, прекратите разговаривать - ребёнок должен привыкнуть, что при переходе дороги нужно сосредоточиться, не переходите дорогу на красный или жёлтый сигнал светофора. Переходите дорогу только в местах, обозначенных дорожным знаком «пешеходный переход». Вы с ребенком вышли на прогулку и собираетесь проехать на общественном транспорте несколько остановок. Автобус приближается к остановке. До полного прекращения движения автобуса к нему подходить не следует - ребенок (как и взрослый) может оступиться и попасть под колесо, особенно если на остановке много пассажиров. Зона остановки - опасное для ребенка место, дело в том, что стоящий автобус сокращает обзор дороги в этой зоне, как водителям проходящих машин, так и пешеходам, к тому же здесь пешеходы часто спешат и ребенка могут столкнуть на проезжую часть.

При поездке в автобусе также необходима осторожность, даже опытный водитель не всегда может избежать резкого торможения в аварийной ситуации. Поэтому в транспорте необходимо позаботиться о том, чтобы ребенок занимал устойчивое положение. Особенно осторожным нужно быть возле кабины водителя и во время подготовки к выходу.

При выходе из автобуса, первыми всегда выходят взрослые и принимают ребенка, в противном случае ребёнок может упасть или побежать на проезжую часть дороги.

Не выходите с ребёнком из-за машины, кустов, не осмотрев предварительно дороги, - это типичная ошибка, и нельзя допускать, чтобы дети её повторяли. На улице или рядом с ней не забывайте, что ребенок может попытаться вырваться и пойти самостоятельно. Это типичная причина детского дорожного травматизма.

Привлекайте ребёнка к участию в ваших наблюдениях за обстановкой на дороге: показывайте ему те машины, которые готовятся поворачивать, едут с большой скоростью.

Не разрешайте детям играть вблизи дорог и на проезжей части улицы.

Пример родителей - один из основных факторов успешного воспитания у детей навыков безопасного поведения на улице.

Известно выражение: «Никто не позаботится о тебе лучше, чем ты сам». Позаботьтесь о своих детях, об их безопасности!

Консультация для родителей «Безопасное поведение дошкольников»

От дошкольников рано ожидать, чтобы они сами находили *безопасное решение* в той или иной ситуации. Это решение им нужно подсказать.

Безопасность жизнедеятельности дошкольников, ее обеспечение должно осуществляться в двух направлениях: устранение травмоопасных ситуаций и воспитание безопасного поведения.

Уважаемые родители, Вам предоставляются приемы, которые будут способствовать воспитанию навыков безопасного поведения детей.

Широко используйте произведения *детской художественной литературы*, в том числе и специальные, для иллюстрирования детям правил безопасности и последствий шалостей. Всем известные сказки (большинство) *содержат примеры нарушения* героями правил безопасного поведения. Используйте эту возможность, чтобы закрепить представления детей, побеседуйте, проиграйте ситуации с ними. Можно «переиначить» сказку так, чтобы герои воспользовались правилами безопасности.

Говорить и играть на темы безопасности с дошкольниками можно не более 20-25 минут (врач Л. Григорович).

Дидактические игры, компьютерные игры и пособия (специально подобранные) помогут детям закрепить полученные знания об источниках опасности, мерах предосторожности и действиях в возможных опасных ситуациях.

Ежедневные «минутки безопасности», например, по дороге в детский сад, в магазин можно провести экспресс-беседы, например, «Лекарство – это польза или яд?», «Спички детям не игрушка» и т.д.

Желательно использовать *метод наглядного обучения*, который эффективен для закрепления у детей представлений о правилах безопасности и последствиях их нарушения.

Закрепляйте с детьми знания ими домашнего адреса, телефона, фамилии, имени и отчества родителей.

Используйте примеры из личного опыта для иллюстрирования способов безопасного поведения.

Каламбуры, песни, стихи помогут научить детей разнообразным сведениям о безопасности.

Лучший урок безопасного поведения – это пример *окружающих ребенка взрослых*.

Моделирование возможных опасных ситуаций на макете и в игровом уголке, а также имитация образов поведения – необходимый метод освоения детьми правил безопасности.

Обучайте детей *правильному обращению с бытовыми предметами* в процессе освоения ими трудовой деятельности, обращайтесь особое внимание на меры предосторожности.

Регулирование поведения дошкольников путем *прямых запретов* должно быть *минимальным*.

Хранение предметов бытовой химии, лекарств, спиртных напитков в недоступных для детей местах.

«*Что если...?*» Вопросы такого типа позволяют, во-первых, выявить, как ребенок, скорее всего, поступит в той или иной ситуации, во-вторых, обсудить ситуацию и скорректировать поведение детей.

Щедрость (помощь) *родителей-специалистов* (врач, военный, пожарный, спасатель, милиционер и т.д.) используйте для ознакомления дошкольников не только с профессиями, но и с правилами безопасности, службами помощи. *Приглашайте их на встречи с детьми*, помогая к ним подготовиться.

Эффективен способ показа детям последствий неправильного поведения или обращения с каким-либо предметом (животным, веществом и т.п.) с помощью иллюстраций, телевизионных передач (только детских) и учебных фильмов из городской фильмотеки.

Помните, что дошкольникам *нужно много раз повторять устную информацию*

Консультация для родителей «Изучаем дорожную азбуку»

Рост количества машин на улицах городов и поселков нашей страны, увеличение скорости их движения, плотности транспортных потоков, растущие пробки на автодорогах являются одной из причин дорожно-транспортных происшествий. Никого не оставляют равнодушным неутешительные сводки о ДТП, где потерпевшими, к сожалению, являются и дети.

Причиной дорожно-транспортных происшествий чаще всего являются сами дети. Приводит к этому незнание элементарных основ правил дорожного движения, безучастное отношение взрослых к поведению детей на проезжей части. Предоставленные самим себе, дети, особенно младшего возраста, мало считаются с реальными опасностями на дороге. Объясняется это тем, что они не умеют еще в должной степени управлять своим поведением. Они не в состоянии правильно определить расстояние до приближающейся машины и ее скорость и переоценивают собственные возможности, считают себя быстрыми и ловкими. У них еще не выработалась способность предвидеть возможность возникновения опасности в быстро меняющейся дорожной обстановке. Поэтому они безмятежно выбегают на дорогу перед остановившейся машиной и внезапно появляются на пути у другой. Они считают вполне естественным выехать на проезжую часть на детском велосипеде или затеять здесь веселую игру.

Знакомить детей с правилами дорожного движения, формировать у них навыки правильного поведения на дороге необходимо с самого раннего возраста, так как знания, полученные в детстве, наиболее прочные; правила, усвоенные ребенком, впоследствии становятся нормой поведения, а их соблюдение - потребностью человека.

Знакомя детей с правилами дорожного движения, культурой поведения на улице, следует помнить, что эта работа тесно связана с развитием ориентировки в пространстве и предполагает формирование таких качеств личности, как внимание, ответственность за свое поведение, уверенность в своих действиях.

Дорога с ребенком из дома в детский сад и обратно - идеальный момент для формирования у него навыков безопасного поведения на улице. Перед ребенком всегда должен быть личный пример соблюдения родителями всех без исключения правил дорожного движения.

Правила безопасного поведения на улице

- На улице нужно быть очень внимательным, не играть на проезжей части.
- Прежде чем переходить дорогу по пешеходному переходу «зебра», нужно сначала остановиться и посмотреть налево, затем посмотреть направо и еще раз налево. Если машин поблизости нет, можно переходить дорогу.

- Дойдя до середины дороги, нужно посмотреть направо. Если машин близко нет, то смело переходить дальше.
- Переходить через дорогу нужно спокойно. Нельзя выскакивать на проезжую часть.
- Даже если загорелся зеленый свет светофора, прежде чем ступить на дорогу, следует внимательно посмотреть по сторонам, убедиться, что все машины остановились.

Все эти понятия ребенок усвоит более прочно, если его знакомят с правилами дорожного движения систематически, ненавязчиво. Используйте для этого соответствующие ситуации на улице, во дворе, на дороге. Находясь с малышом на улице, полезно объяснять ему все, что происходит на дороге с транспортом, пешеходами. Например, почему в данный момент нельзя перейти улицу, какие на этот случай существуют правила для пешеходов и автомобилей, укажите на нарушителей, отметив, что, нарушая правила, они рискуют попасть под транспорт.

Чтобы развить у ребенка зрительную память, закрепить зрительные впечатления, предложите малышу, возвращаясь с ним из детского сада, самому найти дорогу домой или, наоборот, «привести» вас утром в детский сад.

Не запугивайте ребенка улицей - панический страх перед транспортом не менее вреден, чем беспечность и невнимательность!

Полезно прочитать ребенку стихотворение: «Про одного мальчика» С. Михалкова, «Меч» С. Маршака, «Для пешеходов» В. Тимофеева, «Азбука безопасности» О. Бедарева, «Для чего нам нужен светофор» О. Тарутина, полезно рассмотреть с ребенком набор красочных рисунков «Красный, желтый, зеленый», «Пешеходу-малышу». Купите ребенку игрушечные автомобили, автобусы, светофоры, фигурки постовых - регулировщиков и др. и организуйте игры по придуманному вами сюжету, отражающие любые ситуации на улице. Игра - хорошее средство обучения ребенка дорожной грамоте.

ПОМНИТЕ!!! Все взрослые являются примером для детей!

Пусть ваш пример учит дисциплинированному поведению на улице не только вашего ребенка, но и других детей. Переходите улицу в точном соответствии с правилами. Старайтесь сделать все возможное, чтобы оградить детей от несчастных случаев на дорогах!

Консультация для родителей «Профилактика детского травматизма»

В раннем детстве (1-3 года) главным в развитии ребенка является стремление к самостоятельному познанию окружающей действительности. Основные двигательные навыки у детей этого возраста (ходьба, лазание, бег) находятся в стадии становления. Повреждения в этом возрасте обусловлены недостаточным развитием простейших двигательных навыков, неумением сориентироваться в окружающей обстановке.

У детей в возрасте 4-7 лет формируются начальные формы самосознания, появляется стремление к самостоятельному удовлетворению своих потребностей, к действиям без помощи взрослых. Однако, отсутствие знаний об окружающей обстановке, собственного опыта является причиной того, что дети берутся выполнять действия, которые еще не освоили в полной мере, которые для них еще слишком сложны, что приводит к получению ими травм.

Физическое развитие ребенка имеет существенное значение в предупреждении травм. Установлено, что хорошо физически развитые дети, ловкие, с хорошей координацией движений редко получают травмы. Поэтому необходимо уделять значительное внимание физическому воспитанию детей. Учитывая, что часто источником травмы у ребенка становится сверстник, важно воспитывать у детей чувство гуманности, доброты к окружающим, в том числе другим детям.

Особое значение следует уделять формированию у детей навыков безопасного поведения, травматологической настороженности. С этой целью возможно проведение тематических игр и бесед, в ходе которых дети обучаются навыкам обращения с ножницами, иглами, другими бытовыми режущими и острыми предметами, правилами снятия со стола кастрюль с горячей жидкостью и другим, обсуждаются рассказы, картинки, на которых показаны какие-нибудь травмоопасные ситуации из жизни детей.

Взрослые привыкли относиться к травме ребенка как к непредвиденному случайному несчастью, в котором никто не виноват. *Родители должны хорошо знать проблему детского травматизма, чтобы каждый из них мог решить, какие именно факторы от него зависят и своевременно устранять их.*

Будьте здоровы!

Консультация для родителей «Чтобы не было беды»

Уважаемые родители, мир, в котором живет ребенок, сложен и полон опасности. Поэтому мы – взрослые - и родители, и воспитатели обязаны обеспечить малышам безопасность и здоровый образ жизни, научить детей не теряться в различных жизненных ситуациях.

Для этого нам с Вами необходимо: дать детям необходимую сумму знаний об общепринятых человеком нормы поведения; научить осознанию действовать в той или иной обстановке, помочь дошкольникам овладеть элементарными навыками поведения дома, на улице, в транспорте, в парке; развивать у дошкольников самостоятельность и ответственность. При этом важно научить ребенка объяснить собственное поведение. Если он сможет объяснить, как он вел себя, хорошо это или плохо, почему это с ним случилось и что при этом он чувствует, тогда он лучше сможет понять, что он делает не так. Поможет взрослым лучше понять его, и снимает многие проблемы и неприятности.

Обращаю Ваше внимание, что решать задачи обеспечения безопасного, здорового образа жизни возможно лишь при постоянном общении взрослого с ребенком: вместе ищем выход из трудного положения, вместе обсуждаем проблему, ведем диалог, вместе познаем, делаем открытия, удивляемся.

Советую вам знания о безопасном поведении преподносить детям через игры, целевые прогулки, беседы, театрализованные представления, при помощи которых взрослый без нравоучений ведет ребенка в мир, который таит в себе столько неожиданностей. Рекомендую просмотреть несколько тем по безопасности Вашего ребенка:

1. В мире опасных предметов

1. Ваш малыш должен усвоить, что опасные для жизни и здоровья предметы, с которыми встречается в быту (ножницы, шило, игла, молоток, гвозди, скрепка, булавка, циркуль, пила, топор, нож)

- брать нельзя;

- нужно пользоваться осторожно, под присмотром взрослого (*теклянная посуда, кастрюля, чайник, нож*);

- хранить их в специальном месте.

2. Нельзя самому пользоваться электроприборами:

- не дотрагиваться до включенных электроприборов мокрыми руками;

- не пользоваться водой вблизи включенных электроприборов;

- не дотрагиваться до включенных электроприборов металлическими предметами;

- не трогать электропровод.

3. Ребенок должен знать: оставленные включенными электроприборы, газовая плита, игра со спичками могут привести к пожару.

4. При пожаре набрать номер Пожарной службы «01», сообщить что случилось, свой адрес, имя и фамилию.

II. Когда ты дома один (*правила*)

1. Не вставать на подоконник
2. Не выходить на балкон.
3. Не играть на кухне, не касаться газовой плиты, предметов, которые в ней (*на ней*) стоят.
4. Опасно открывать дверь квартиры в отсутствие взрослых.
5. Не говорить незнакомым, что родителей нет дома. Если неизвестный попросит позвать старших, следует сказать примерно следующее: «*Мама сейчас занята и не может подойти*».
6. Не садиться в лифт с незнакомым человеком. Если тебе страшно зайти в подъезд, попроси проводить тебя до квартиры знакомых или соседей.
7. При необходимости набрать номер Полицейской службы «02», рассказать, что случилось, назвать свой адрес, имя, фамилию.
8. Научить ребенка правильно реагировать в случае серьезного заболевания: не теряться и позвать взрослого (*позвонить родителям*) или вызвать Скорую помощь «03».

III. На улицах города

- Во-первых, дети должны знать основные правила поведения пешехода:
идти по улице спокойным шагом;
по тротуару идти только по правой стороне;
переходить улицу только на зеленый сигнал светофора, только по пешеходным переходам;
нельзя играть, кататься на коньках, велосипедах, самокатах на дороге. Во-вторых, знать правила пассажира:
садиться в троллейбус или автобус нужно с остановки;
когда ждешь транспорт, не стой на самом краю тротуара;
входить в транспорт удобнее в среднюю или заднюю дверь, выходить из средней или передней двери;
во время движения транспорта двери трогать руками нельзя, пока их не откроет сам водитель;
воспитанный ребенок посадит на свободное место старого человека или маму.
- В-третьих, в общении с людьми дети должны быть предупреждены о возможных последствиях:
не ходить в безлюдном месте;
не играть вблизи машин, в которых сидят люди;
не гулять до темноты;
ходить в магазин всегда одной дорогой;
не вступать в разговор с чужими людьми;
не стесняться при необходимости громко просить о помощи;
уметь проявлять смелость, находчивость в случае, если тебя пытаются украсть;

ничего не брать из рук чужого человека, уметь вежливо отказаться:
«Спасибо, мне не нужно (*не хочу*)».

Консультация для родителей «Общение ребенка со сверстниками»

С того момента, как ваш ребенок вырос из пеленок, стал посещать детский сад, гулять во дворе, его круг общения значительно расширился. Если раньше единственными «собеседниками» малыша были мама, папа и другие близкие родственники, то сейчас это сверстники – такие же дети, как и он сам. Чем взрослее ребенок, тем больше и ощутимее общение со взрослыми уходит на второй план, отдавая приоритет контактам с друзьями.

Если со стороны понаблюдать за тем, что происходит в каждой группе детского сада, то можно заметить, что в каждой из них отношения между детьми буквально бурлят, кипят, то взрываясь, то успокаиваясь. В течение дня ребенок в детском саду может несколько раз поссориться, помириться, обидеться и натворить множество мелких пакостей. Взаимоотношения между детьми дошкольного возраста очень эмоциональны, потому что они действуют, говорят и делают то, что им хочется, что велят их чувства. Общение со сверстниками в дошкольном детстве – это богатый жизненный опыт для ребенка, который станет основой в его дальнейшем развитии как личности. От того, каким будет этот первый опыт общения, будет во многом зависеть и определять его отношение к окружающему миру и людям.

Но не всегда получается так, что этот опыт общения положительный. Иногда он может негативно отразиться на развитии личности, в последствие у ребенка, когда он повзрослеет, могут быть серьезные проблемы в общении с друзьями, членами семьи и другими людьми. Чтобы этого не произошло, родителям необходимо очень внимательно следить, как складываются у ребенка отношения со сверстниками в детском саду, во дворе и других местах, где дети контактируют друг с другом. Следует насторожиться, если ваш малыш постоянно конфликтует со сверстниками, является изгоем в детском коллективе, если у него нет друзей.

Чем отличается общение ребенка со сверстниками от общения ребенка с взрослыми?

Ребенок в кругу сверстников и ребенок в кругу взрослых – это как будто два разных человека. Очень часто воспитателям и педагогам приходится слышать от родителей, что их ребенок очень активный, много кричит, бегают, прыгает, но когда этот ребенок попадает в группу сверстников, то его поведение может быть совсем другим. Он может быть замкнутым, скромным, тихим малышом. Достаточно часто происходят и другие случаи, когда педагог или воспитатель жалуется родителям на плохое поведение ребенка, то они не могут в это поверить, ведь дома их малыша не видно и не слышно. Такие ситуации наглядно демонстрируют то, как ребенок может меняться в зависимости от того, в каком обществе он находится – в кругу семьи или в кругу сверстников.

Большинство дошкольников в общении со сверстниками очень эмоциональны, раскованы. Тогда как со взрослыми дети проявляют спокойствие, они не позволяют в общении со старшими резких криков, громкого смеха и других ярко выраженных эмоций.

Неудивительно, что дети дошкольного возраста очень любят фантазировать, представлять себя различными героями. В общении и играх со взрослыми дети, как правило, ждут инициативы от взрослого, предпочитают отвечать на его действия и высказывания. Играя же со сверстниками, дошкольники склонны брать всю инициативу на себя, то есть каждый старается быть лидером в играх, быть ведущим. Именно такая психологическая особенность общения детей-дошкольников часто приводит к конфликтам.

Особенности общения детей старшего дошкольного возраста

Детское общение включает в себя не только игры и какие-то действия по отношению к игрушкам, но и беседу. Если еще в среднем дошкольном возрасте дети не способны долго просто так разговаривать друг с другом, то начиная с шести лет, дети могут продолжительное время рассказывать друг другу, что они видели, слышали, смотрели и так далее. На данном этапе дошкольного детства общение уже не связано с играми и игрушками, дети могут просто разговаривать друг с другом. В шестилетнем возрасте в детском коллективе значительно понижается конфликтность. Теперь они стараются со всеми дружить, у них проявляется сопереживание, они стремятся помочь друг другу. Так, например, во время какой-либо игры дети могут подсказывать друг другу ответы, хотя им это невыгодно. Но они этого не понимают, для них главное – помочь сверстнику. Но соревновательный дух в шесть лет у детей не исчезает, хотя теперь они видят не только успехи и неудачи товарища, но могут определить его настроение, понять желания.

В старшем дошкольном возрасте детям хочется не только рассказать что-то свое, но и послушать других детей. На данном этапе очень важен положительный пример родителей, потому что дети буквально отражают выражения, поведение своих мамы и папы. Дети могут негативно высказаться о ком-то так, как делают это его родители, или наоборот, проявлять сострадание, стремление помочь и другие положительные качества. В шесть лет, как правило, у каждого ребенка есть лучший друг и группа приятелей, которые ведут себя немного обособленно по отношению ко всем остальным. На почве этого может возникнуть ревность, когда ребенок переходит в другую группу общения.

Дети шести лет любят обсуждать, кто с кем дружит, а кто ругается. Если ребенок хочет с кем-то дружить и получает отказ, то сильно переживает. На данном этапе родителям очень важно добиться доверия ребенка, чтобы он делился своими впечатлениями и переживаниями, обидами и бедами. Для ребенка очень важна поддержка родителей в трудные моменты. Конечно, для нас, взрослых, ссора ребенка может показаться глупостью, а для ребенка это серьезное эмоциональное переживание. Очень

важно его успокоить и помочь решить проблему, вы должны стать для ребенка авторитетным советчиком.

Заключение

Общение со сверстниками – важнейшая составляющая жизни ребенка в дошкольном детстве. Очень важно, чтобы это общение было полноценным и соответствующим возрасту ребенка. И задача родителей – сделать его таковым, не забывая про свой собственный пример, который лучше всяких слов.

Рекомендации родителям о здоровом образе жизни ребёнка

Дорогие взрослые! Вашему ребёнку как воздух необходим режим дня, разумно составленный, соответствующий возрастным особенностям. То, что ребёнок привыкает в одно и то же время есть, спать, активно действовать, создаёт благоприятные предпосылки для его всестороннего развития.

Режим дня должен быть достаточно гибким. В зависимости от условий (домашних, климатических, от времени года, индивидуальных особенностей ребёнка) он может меняться, но не более чем на 30 минут в ту или иную сторону.

После зарядки ребёнку необходимо принимать водные процедуры (закаляться водой). Начинать надо с самых простых процедур: умывания, обтирания, потом перейти к обливанию, к прохладному душу, а можно и к более сложным — купанию в бассейне или открытом водоёме.

Очень полезно совмещать закаливание воздухом и водой (непосредственно за воздушной ванной проводится водная процедура). В летнее время утренняя прогулка обязательно заканчивается умыванием с обтиранием, обливанием, душем или купанием.

Снижать температуру воды надо постепенно — с учётом возраста вашего ребёнка, состояния его здоровья, характера процедуры. Проводить процедуры следует систематически, примерно в одни и те же часы, предварительно хорошо настроив ребёнка. В качестве местных закаливающих процедур используются: умывание, обтирание по пояс, мытьё рук и обливание, игры с водой, «топтанье в тазу».

Недостаточная двигательная активность – гипокинезия – все больше «молодеет». Она отмечается не только у детей старшего возраста, но все чаще у младших школьников, дошкольников и даже у совсем маленьких детей. Двигательная активность является важнейшим компонентом образа жизни и поведения дошкольников. Она зависит от организации физического воспитания детей, от уровня их двигательной подготовленности, индивидуальных особенностей, телосложения и функциональных возможностей растущего организма. Дети, систематически занимающиеся физкультурой, отличаются жизнерадостностью, бодростью духа и высокой работоспособностью. Физическая культура занимает ведущее место в воспитании детей, и немалая роль в приобщении детей с раннего возраста к здоровому образу жизни ложится на плечи родителей.

Для снятия возбуждения перед сном, можно посидеть на кровати рядом с ребёнком; мягко, плавно погладить его по спине вдоль позвоночника, поцеловать, сказать, что завтра все будет хорошо, все у него получится, что он умный и добрый.

Следить, чтобы пробуждение ребенка было плавным (он должен полежать в кровати не менее 10 минут; ставить будильник в изголовье детской кровати противопоказано).

Проводить с ребенком водные гигиенические процедуры, а после проветривания комнаты - утреннюю гимнастику под музыку.

Перед завтраком дать ребенку выпить стакан фруктового или овощного сока. Использовать при приготовлении блюд продукты, богатые минералами и микроэлементами, белками, легкими углеводами, витаминами.

В период риска заболевания ОРВИ давать, в виде добавки к супам, чеснок и зеленый лук.

Обеспечивать ребенка одеждой из натуральных волокон, чтобы она способствовала полноценному кожному дыханию и правильному теплообмену.

Рекомендации родителям по организации активного семейного отдыха.

Проведение совместного семейного отдыха – будь то семейные туристические походы, активный отдых на море, в горах, участие в спортивных семейных играх.

1. В зимнее время – совершать лыжные прогулки с детьми, кататься на коньках, на санках, совершать пешие прогулки в ближайший лес, парк, лепить во дворе снежные крепости, фигуры.

2. В весеннее и осеннее время – брать детей с собой в однодневные туристические походы, совершать совместный отдых на море, на даче, организовывать совместные дворовые затеи с подвижными играми.

3. В летнее время – загорать, плавать, устраивать шумные, подвижные игры на улице.

4. Устраивать совместные семейные чтения о здоровом образе жизни.

Десять советов родителям о здоровье детей

Совет 1. По всем вопросам относительно здоровья вашего ребенка следует обращаться к врачу-педиатру, который назначает лечение или при необходимости направляет ребенка на обследование к другим врачам-специалистам.

Совет 2. Если вы замечаете, что ваш ребенок в кругу своих сверстников отличается неловкостью движений, плохой речью, если у него бывают обмороки, головокружения, головные боли, необходимо проконсультировать ребенка у невропатолога.

Совет 3. Обратите внимание на поведение ребенка: чрезмерная подвижность, гиперактивность или, наоборот, вялость, утомляемость, плаксивость, страхи, нарушенный сон, навязчивые движения. При появлении этих признаков обязательно следует показать ребенка детскому психиатру.

Совет 4. Ваш ребенок часто переспрашивает или не всегда реагирует на обращенную к нему речь, у него бывают частые ангины, потеря голоса,

кашель, постоянный насморк— проконсультируйте ребенка у отоларинголога.

Совет 5. Если у ребенка плохой аппетит, часто возникает тошнота, рвота, нарушения стула, боли в животе, следует обратиться за помощью к врачу-гастроэнтерологу.

Совет 6. Обращение за консультацией врача-аллерголога необходимо в тех случаях, если в дошкольном периоде у ребенка возникает реакция (сыпь, отек, затрудненное дыхание, внезапный насморк, чихание) на какую-то пищу, запахи, пыльцу цветов, лекарства, прививки.

Совет 7. Воспаление кожи на разных участках тела (чаще на руках и ногах), сопровождающееся покраснением, зудом, шелушением— возможно, это признаки хронического дерматита или экземы, вылечить которые поможет врач-дерматолог.

Совет 8. Если вы замечаете, что ребенок сощуривает веки, когда рассматривает отдаленные предметы, или низко наклоняется над листом альбома или книги, необходимо проверить остроту зрения вашего ребенка — обратитесь к офтальмологу.

Совет 9. Постоянно обращайтесь внимание на осанку ребенка— обследование состояния позвоночника должен произвести специалист-ортопед.

Совет 10. Не забывайте о необходимости обязательных профилактических осмотров вашего ребенка следующими специалистами: эндокринологом, хирургом, стоматологом, кардиологом, логопедом.