

ПРЕДИСЛОВИЕ

Дорогие взрослые!

Большинство родителей рассказывает, что воспитание навыков безопасного поведения у детей дошкольного и младшего школьного возраста становится для них большой проблемой. Почему так происходит?

Главная трудность родителей заключается в том, что им не просто говорить с ребенком о возможных угрозах и объяснять правила безопасности, не вселяя страх.

Основные вопросы родителей: «Как не напугать ребенка? Как не вызвать тревожность и неуверенность? Как затрагивать “взрослые” аспекты угроз?» Если резюмировать родительские опасения, то мы увидим главный вопрос: как предостеречь ребенка от беды без негативных последствий для психики?

Многие родители и педагоги привыкли к принципу: чтобы предостеречь от опасности, нужно рассказать о ней. Но мы с вами пойдем другим путем. Мы обойдем эту педагогическую преграду и научим ребенка безопасному поведению без страшилок, тревожности и возможности спровоцировать у детей неудобные для нас вопросы.

Чтобы ребенок не попал в беду, ему вовсе не нужно знать пугающие истории о маньяках, не нужно бояться всех незна-

комых людей, огня, воды, автомобилей и самостоятельности. Ему достаточно научиться трем важным вещам.

Во-первых, хорошо понять правила поведения в разных ситуациях.

Как относиться к тем взрослым, которые его окружают? Как обращаться с разными предметами в своем доме, чтобы не превратить их в опасные? Как вести себя на дороге, во дворе, в случае пожара или резкого ухудшения самочувствия? Эти простые правила можно и нужно объяснять интересно и весело, в диалоге и в игре, сопровождая их практическими тренировками и побуждая ребенка к самостоятельным выводам.

Во-вторых, для применения этих навыков на практике ребенку нужны уверенность в себе, чувство собственной ценности, понимание права на защиту своих границ, на возможность быть невежливым, громким, неудобным тогда, когда нужно постоять за себя или принять решение.

И в-третьих, ребенок должен иметь возможность свободно спрашивать у родителей, воспитателей или учителей то, что его интересует. А главное, он должен не бояться рассказать обо всем, с чем он сталкивается. Не бояться дать «неправильный» ответ, не опасаться критики и нервной реакции в случаях, когда он нарушил правила безопасности.

Система воспитания, в которой ребенок получает краткие директивы, боится наказания и пытается обойти контроль, неэффективна в вопросах личной безопасности.

С помощью этой книги мы разберем не только привычные всем «можно» и «нельзя», но и заложим в детях ту базу, без которой не построить прочный домик безопасности. И этот фундамент — понимание чувства собственного достоинства, личных границ, права на самозащиту и умение говорить «нет». Без этой основы наши дети не будут защищены по-настоящему.

Поэтому наша «Энциклопедия безопасности» составлена так, чтобы каждый взрослый мог с ее помощью выстроить в сознании ребенка верную систему правил поведения, замотивировать детей к уверенному применению этих правил на практике и дать им возможность свободного диалога со значимыми

взрослыми, которые сумеют безоценочно и спокойно понять заблуждения ребенка и мягко откорректировать их.

В конце книги вы найдете тест, с помощью которого вы сможете оценить качество усвоения ребенком материала. Вы можете пройти тест дважды: перед чтением книги и после ее изучения, чтобы оценить разницу в понимании ребенком правил безопасности.

Книга предназначена для работы с детьми старших и подготовительных групп ДОУ в паре «взрослый — ребенок» и младшими школьниками.

Рекомендуем читать детям эту книгу по одной главе в день, не спеша, обсуждая тему каждой главы и выполняя задания. Очень важно не превращать чтение книги в «серьезный разговор», «важный урок» и не противопоставлять изучение правил безопасности играм и чтению сказок или другой развлекательной литературы. Тема безопасности сама по себе скучная, и наша задача — превратить ее в увлекательный разговор, веселые тренировки без оценок, строгости и занудства.

Когда мы учим детей переходить дорогу, то не запугиваем же их «миром опасных автомобилей» или ужасными подробностями о невнимательных пешеходах. Мы не перечисляем в панике, что именно может случиться с человеком, попавшим под колеса. Наши дети не вздрагивают, видя поток машин или красный сигнал светофора, и не испытывают неуверенность или панику, ступив на пешеходный переход. Они не мучаются от недоверия к технике в целом и к людям за рулем.

Они просто знают правила.

Так же спокойно мы учим детей плавать или кататься на велосипеде, есть, тщательно пережевывая пищу, и не выходить на мороз без одежды. Мы учим детей множеству правил, не испытывая педагогических трудностей.

И мы не ждем, что дети моментально освоят каждый из этих навыков, не так ли? Но только в сфере социальной безопасности многие взрослые теряются и идут на поводу у своих страхов и заблуждений.

Теперь мы с вами понимаем, в чем ошибка. И с помощью этой книги шаг за шагом сможем научить наших детей уверенному поведению в опасных ситуациях без тревоги, растерянности и ненужных сомнений.

Прочитав эту книгу вместе с детьми, за несколько недель вы легко достигнете оптимальных результатов, потому что предложенная в ней система¹ включает и удобную логику повествования, и необходимые повторения, и практические задания для обсуждения и самостоятельной работы.

¹ Методика школы «Стоп Угроза» по обучению безопасности рекомендована Роскомнадзором к использованию в дошкольных и школьных учебных заведениях, прошла экспертизы ФИРО РАНХиГС и используется в качестве методических материалов в широкомасштабном общероссийском проекте по обучению детей правилам безопасности при поддержке общенациональной премии «Мы вместе» и Агентства стратегических инициатив.

Проект «Стоп Угроза» в 2019 году стал победителем конкурса «Лучший социальный проект России» в номинации «Дополнительное образование».

ТВОЯ СОБСТВЕННАЯ СКАЗКА



Каждый из нас знает много удивительных сказок, правда? Одни сказки смешные и забавные, другие — жутковатые и завораживающие, третьи — героические и приключенческие.

Мы увлеченно наблюдаем за жизнью любимых героев мультфильмов, сериалов, кино, книжек, комиксов. Мы переживаем вместе с ними, плачем, когда им грустно, и радуемся, когда они счастливы.

А что такое сказка? Это волшебная история, разные события, обычные и невероятные, происходящие с ее героями. И часто этих героев в каждой сказке несколько. Даже в самых коротких и простых.

Если вспомнить сказку про Колобка, то и в ней речь идет не только о приключениях круглой булочки, путешествующей по полям и лесам.

Какие еще герои есть в этой сказке? Если бы эту историю рассказывала бабушка, которая испекла Колобка, то мы бы узнали о ее долгой жизни. Узнали бы о ее семье, доме, заботах и даже, наверное, о большой любви с дедушкой.

Если бы эту сказку рассказывала лиса, встретившая Колобка в конце его путешествия, то нам бы открылись истории лесных зверей и птиц, деревьев и цветов.

Но поскольку главный герой сказки Колобок, то нам эта история рассказывает о его колобковой жизни, появлении на свет, приключениях и трудностях.

У каждого из нас есть своя сказка, в которой мы — главные герои.

Представь, что ты расскажешь своим друзьям о том, как сегодня прошло твое утро, как ты проснулся и умылся, что ты съел на завтрак. Расскажешь им, с кем ты разговаривал, о чем думал, что тебе приснилось ночью. Поделишься с близкими тебе людьми историями о том, с кем ты дружишь, а с кем не хочешь

дружить, чего боишься и о чем больше всего мечтаешь. Смотри, сколько историй ты можешь рассказать о себе самом!

А ведь это только один день твоей жизни! Как много всего интересного и важного в твоей личной сказке, правда?

И у каждого из нас есть несколько приключенческих историй. Одна из них — это то, что происходит в твоей семье. Это история отношений между твоими самыми родными людьми, история того места, где ты живешь. У твоего дома и двора тоже есть своя история. И если бы они могли говорить, то наверняка рассказали бы о приключениях своих жителей.

Увлекательная сказка может быть о тебе и твоих друзьях, о твоём детском садике или школе. Это может быть сказка о твоей дружбе, играх, разговорах с другими девочками и мальчиками. И она тоже очень важная и интересная для тебя.

Есть еще история твоего города, региона, страны, народа и даже всей планеты в целом. И ты — маленькая, но очень важная часть этой большой истории.

А еще одна история — это твоя сказка про самого себя. Это то, чего не видит и не слышит никто из твоих родных и друзей. Это твои мысли — они все время бегают в голове и что-то рассказывают тебе. Ты можешь думать о том, что прямо сейчас видишь вокруг себя. Посмотри, сколько разных предметов и, возможно, людей ты сейчас можешь видеть и думать о них что-то свое.

А еще ты прямо сейчас можешь подумать о другом городе или стране. Пофантазировать о звездах и о солнце, о космическом корабле, который летит где-то очень высоко в бескрайнем космосе.

Или ты можешь сейчас представить огромных китов, которые погружаются в глубины синего океана, проплывая мимо стаяк разноцветных рыбок. А те испуганно удирают в разные стороны при приближении такого великана.

Ты даже умеешь думать о том, чего не существует, воображая сказочные миры, фантазируя и мечтая. И все это — твоя личная сказка, невероятно огромный мир твоих мыслей, фантазий, наблюдений, воображения.

Двор твоего дома и соседние улочки тебе очень хорошо знакомы, правда? И эти маленькие родные местечки, которые мы видим из окна своего дома каждый день, у всех разные.

Кто-то живет в высоченной многоэтажке, окруженной другими домами-великанами. И, куда ни посмотри, взгляд упрется в череду подъездов, асфальтовых дорожек и стоянок автомобилей.

У кого-то из окна открывается вид на реку или на маленький парк. Кто-то живет в аккуратной пятиэтажке. И, выходя на улицу, человек видит привычную небольшую площадку для игр: качели, металлические горки, песочницу.

А кто-то живет в доме, окруженном высоким забором, и привык гулять только вокруг дома, никогда не покидая эту территорию.

Наши дворы и районы очень разные, но правила безопасности во время прогулки повсюду почти одинаковые и очень простые.

Давай сначала посмотрим под ноги. Ты наверняка не раз обращал внимание на крышки люков, обычно наглухо закрытых. Кто-то не обращает на них никакого внимания, топая по своим делам, кто-то старается обходить.

Сами по себе эти крышки, конечно, безопасны. Но иногда рабочие убирают эти тяжелые металлические кружочки, чтобы проверить или починить что-то под землей.

Рядом с нашими домами, прямо под слоем асфальта, есть специальные подземные тоннели и колодцы для разных труб. Именно благодаря этим трубам, соединяющим наши квартиры и дома с разными сооружениями, мы можем мыться и готовить еду, смывать воду в унитазе, зажигать газовые плиты. И вода, и газ, и наши отходы бегут по этим трубам под землей. И если они испортятся или сломаются, то целый дом или даже боль-

шой район может остаться без воды. Тогда рабочие спускаются под землю и быстро чинят все, что поломалось.

Чтобы рабочие могли попасть под землю и все починить, им нужно открыть люк и спуститься вниз. И когда они делают свою работу, то обычно огораживают открытые люки специальными щитами или деревянными заборчиками. Но иногда бывает и так, что люк остается открытым на какое-то время. И он превращается в очень опасную дыру, в которую легко может упасть человек, если не будет смотреть под ноги.

А еще бывает так, что рабочие не закрывают крышку люка по-настоящему плотно. И можно, наступив на нее, провалиться в колодец. Потому что эта крышка под тяжестью наступившего не нее человека откроется или перевернется.

Ты можешь сказать, что очень сложно представить человека, который совсем не видит, куда идет. Но обрати внимание на прохожих, когда в следующий раз будешь на улице. Некоторые из них смотрят в телефоны прямо в то время, пока куда-то идут.

Кто-то срочно отвечает на сообщение, не останавливаясь, а кто-то даже умудряется играть на ходу.

И такая рассеянность может стоить им здоровья и даже жизни, потому что в некоторых подземных колодцах течет горячая вода, почти кипяток, а некоторые колодцы просто очень глубокие, и упасть в такой колодец — все равно что рухнуть вниз с третьего этажа. При этом на дне могут быть острые палки, камни или кирпичи.

Поэтому правило номер один — смотри под ноги, не отвлекаясь ни на телефон, ни на рассматривание бегущих по небу облаков, ни на наблюдение за людьми вокруг. Если тебе нужно что-то рассмотреть или ответить кому-то в телефоне, лучше остановиться, а не делать это на ходу.

Второе правило тоже связано с осторожностью и умением смотреть по сторонам.

Обычно мы идем куда-то по пешеходным дорожкам, а гуляем в тех местах, где не ездят ни машины, ни велосипеды, ни самокаты. Но иногда мы все равно идем там, где ездят машины. Или, как часто бывает, многие дети играют, выбегая с дет-

ской площадки на дорожки, по которым автомобили въезжают во двор.

Особенно опасны те участки, где дороги поворачивают. Например, тротуар и пространство на углу дома. Представь: ребята играют в мяч и после сильного удара тот вылетает на проезжую часть. И кто-то бросается за мячом, не глядя по сторонам. И вроде бы это тихий двор, здесь нет никаких больших дорог, и автомобили проезжают не очень часто. Но если именно в этот момент во двор заедет машина, то ее водитель, поворачивая из-за угла, может попросту не успеть затормозить, если кто-то из ребят молниеносно бросится прямо ему под колеса.

А еще бывает так, что дети играют рядом со стоянками машин. И это кажется совершенно безопасным, потому что никто же никуда не едет.

Но бывали случаи, когда водитель выходил из дома, садился в машину и, например, начинал движение назад. И сбивал детей, которые, не подумав, расположились на бордюре прямо у машины.

Водитель даже не мог увидеть этих ребят, посмотрев в зеркало заднего вида, поэтому он спокойно поехал, и случилась большая беда.

Быть осторожным и смотреть по сторонам — главные правила безопасности во дворе и на улице. Но, конечно, есть и другие опасности, кроме открытых люков и автомобилей.

Но помнишь наш разговор о самостоятельности дома? Помнишь, что мы можем сделать опасными самые обычные предметы? Это касается и многих вещей, которые мы видим вокруг себя на улице.

Итак, задание

Расскажи, как можно сделать опасными такие симпатичные объекты, как:

- качели;
- дерево;
- горка;

- *милый, забавный пес;*
- *пушистый котенок;*
- *грустный голубь, который не может летать.*

Наверное, с неживыми объектами ты справишься легко. И с качелей, и с горки, и с дерева можно упасть и пораниться. А еще можно неосторожно подойти к качелям, когда кто-то касается на них, и нечаянно получить удар.

А чем же могут быть опасны наши четвероногие друзья?

Дело в том, что, даже если тебе очень хочется погладить и потискать какого-нибудь пушистого красавца-кота или забавную собаку, делать этого нельзя ни в коем случае. Бездомные собаки легко могут напасть и покусать. Да и мелкие домашние песики, гуляющие на поводке, могут тяпнуть за руку, если ты решишь их погладить.

А уличные кошки нередко болеют очень опасными для людей болезнями. И они легко передаются человеку, если тот возьмет котенка на руки или погладит его.

Поэтому, как бы ни хотелось иногда поиграть с чужим или бездомным животным, этого делать не надо.

Но еще больше опасных болезней могут передать человеку птицы. Поэтому если ты увидишь голубя или другую птицу, которая не может летать, лежит или сидит, нахохлившись, или убегает, когда к ней подходишь близко, — не трогай ее.

Даже если тебе очень хочется ей помочь, трогать, гладить или нести в дом такую птицу нельзя. Поэтому не нужно ее ни укрывать травой, ни пытаться положить в какую-нибудь коробку, ни пробовать спрятать ее в подъезде или в другом укромном месте.

Это и вправду очень опасно для нашего человеческого здоровья. И, как во всех непонятных ситуациях, правило безопасности в этом случае одно: расскажи своим родным. И тогда они сами примут решение, что делать и как помочь.

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.	3
Твоя собственная сказка	7
Твои личные границы.13
Добро и зло21
Плохие игры и правила дружбы31
Если тебя обижают39
Интимная безопасность.45
Твои знакомые взрослые49
Посторонние люди и Правило Взрослых55
Как выглядит настоящий преступник?.61
Две суперсилы каждого ребенка65
Опасные и безопасные места. Уловки злоумышленников71
Что делать, если ты потерялся77
Один дома: как обращаться с предметами быта.81
Никому не открывать87
Что делать, если начался пожар91
Как вызвать скорую помощь или службу спасения97
Безопасный подъезд.101
Я гуляю самостоятельно107
Безопасная дорога.113
Купаемся безопасно.117
Невидимые вирусы и бактерии.121
Тест127