

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида № 58 города Ставрополя

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ д/с № 58

Ю.П. Долгополова

04.09.2021г.

**Рабочая программа по основам
безопасности жизнедеятельности**
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детского сад комбинированного вида № 58 города Ставрополя

Разработана на основе программы «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА» Р. Б. Стеркина, Н. Н. Авдеева, О. Л. Князева

Ставрополь, 2021г.

Раздел 1. Пояснительная записка

Программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста» сориентирована на то, чтобы дать детям необходимые знания об общепринятых человеком нормах поведения, сформировать основы экологической культуры, ценности здорового образа жизни, помочь дошкольникам овладеть элементарными навыками поведения дома, на улице, в транспорте. Программа имеет социально-личностное направление.

Актуальность и педагогическая целесообразность. Ни для кого не секрет, что сложившаяся социальная и экологическая обстановка вызывает беспокойство у людей всей планеты. Особую тревогу мы испытываем за самых незащищенных граждан – маленьких детей. Задача взрослых (педагогов и родителей) состоит не только в том, чтобы оберегать и защищать ребенка, но и в том, чтобы подготовить его к встрече с различными сложными, а порой опасными жизненными ситуациями.

- XXI веке перед человечеством встает одна из главных проблем – всестороннее обеспечение безопасности жизнедеятельности человека. Дошкольным образовательным учреждениям в этом вопросе отводится особая роль.

Любая общепринятая норма должна быть осознана и принята маленьким человеком, только тогда она станет действительным регулятором его поведения. Чтобы подготовить граждан к адекватному поведению и рациональным действиям в постоянно возникающих опасных и чрезвычайных ситуациях, с раннего детства необходимо выделить такие правила поведения для детей, которые они должны выполнять неукоснительно, так как от этого зависят их здоровье и безопасность. Эти правила следует подробно разъяснить детям, а затем следить за их выполнением. Ведь человек, вне зависимости от возраста будет следовать правилу только в том случае, если ему понятен его смысл.

Цель программы – воспитание у ребенка навыков адекватного поведения в различных неожиданных ситуациях, самостоятельности и ответственности за свое поведение.

Задачи:

1. Формирование ценностей здорового образа жизни.
2. Формирование основ безопасного поведения во дворе, на улице, в общественном транспорте.
3. Формирование знаний об осторожном обращении с опасными предметами и правильном поведении при контактах с незнакомыми людьми.

Отличительной особенностью программы является использование совершенно новых методов (тренинги поведения, психотерапия детских страхов).

Особенность работы по программе, состоит также в осознании педагогом большого значения положительного примера со стороны взрослых, и прежде всего педагога. Налаживание контактов с родителями и достижение полного взаимопонимания - неизбежные условия эффективности в воспитании детей. Формирование безопасного поведения неизбежно связано с целым рядом запретов. Если запретов будет слишком

много – ребёнок не сможет выполнить их в полной мере, и неизбежно будет нарушать. Необходимо выделить основное содержание, которое требует совместных усилий педагогов и родителей, определить перечень жизненно важных правил и запретов, выполнение которых для ребенка обязательно и дома, и в детском саду. Программа интегрируется с такими образовательными областями, как: «Здоровье», «Социализация», «Познание», «Труд», «Коммуникация», «Художественное творчество».

Формы и режим НОД.

Основной формой реализации содержания программы является НОД (непосредственно образовательная деятельность) и ситуации общения в процессе совместной деятельности с воспитателем в режимные моменты. НОД может планироваться по выбору педагога 1 раз в месяц

- В разделе «Социализация» или по принципу комплексно-тематического планирования, когда под тему безопасность отводится специально выделенная тема. Во 2 младшей группе продолжительностью не более 15 минут, в средней — не более 20 минут, старшей группе продолжительностью не более 25 минут. В подготовительной группе – не более 30 минут.
- В программе - 6 разделов: «Ребенок и другие люди», «Ребенок и природа», «Ребенок дома», «Здоровье ребенка», «Эмоциональное благополучие ребенка», «Ребенок на улице».
- В раздел «Ребенок и другие люди» включено особое содержание, которое отражает общие изменения, происходящие в нашей жизни. Ребенок должен понимать, что общение с другими людьми может быть опасным. И прежде всего эту опасность представляют контакты с незнакомыми людьми. Особо рассматриваются типичные опасные ситуации контактов с незнакомыми людьми, когда взрослый уговаривает ребенка пойти или поехать с ним, обещая что-то показать или подарить, угощает чем-либо или проявляет насильственные действия по отношению к ребенку (хватает за руку, затаскивает в машину и т.д.). При этом детей учат приемам защитного поведения - громкий крик, призывы о помощи («Помогите, чужой человек»), привлечение внимания окружающих иными способами. Важно объяснять детям (и отрабатывать в ходе специальных тренингов) поведение ребенка в подобных ситуациях, чтобы окружающие поняли, что совершается насилие, и не спутали его с обычными детскими капризами.

Опасность может подстергать ребенка не только на улице, но и дома - и об этом ребенок должен быть предупрежден: не входить в подъезд одному, без родителей не открывать дверь чужим, даже если они действуют якобы от лица родителей. С детьми проводятся игровые тренинги, в которых разыгрываются разные жизненные ситуации и подкрепляются сказочными сюжетами («Волк и семеро козлят»).

Содержание раздела «Ребенок и природа» позволяет донести до детей представления о взаимосвязи и взаимодействии всех природных объектов. Земля - наш общий дом, а человек - часть природы. Детей знакомят с проблемами загрязнения окружающей среды, объясняют, как ухудшение экологических условий сказывается на живой природе

(уничтожаются леса, истребляются звери, птицы, рыбы, загрязняются вода и почва), а в свою очередь все это представляет определенную угрозу здоровью человека.

Раздел «Ребенок дома» раскрывает содержание работы педагога с детьми по ознакомлению с предметами домашнего быта, представляющими потенциальную опасность для детей. Выделяются три группы предметов, взаимодействие с которыми в той или иной степени опасно для жизни и здоровья детей:

- Предметы, которыми могут пользоваться только взрослые. Это спички, газовая плита, печка, электрическая розетка, некоторые электроприборы, а также открытые окна и балконы. Ни при каких условиях ребенок не должен самостоятельно пользоваться этими предметами. Здесь уместны прямые запреты, дополняются они объяснениями последствий от неумелого обращения.
- Предметы (иголка, ножницы, нож, вилка), требующие в зависимости от возраста детей организации специального обучения и выработки навыка пользования.
- Предметы, которые взрослые должны хранить в недоступных для детей местах: бытовая химия, лекарства, спиртные напитки, сигареты, пищевые кислоты, режущие-колющие инструменты. Правила хранения и недопустимость взаимодействия детей с этими предметами являются содержанием работы педагогов с родителями.

Содержание раздела «Здоровье ребенка» направлено на формирование у ребенка представления о здоровье как одной из главных ценностей жизни. Ребенок должен знать свое тело, научиться заботиться о нем, не вредить своему организму.

Важно привить детям привычку к занятиям физкультурой и спортом, используя эмоционально увлекательные формы. Педагог должен способствовать формированию у детей понимания ценностей здорового образа жизни, развивать представления о полезности, целесообразности физической активности и личной гигиены, о значении профилактики заболеваний, о различных видах закаливания и оздоровительных мероприятиях: дыхательной гимнастике, воздушных и солнечных ваннах, витаминотерапии, гимнастике.

- доступной форме детям рассказывают о том, как свежий воздух, вода, солнце, ветер помогают при закаливании организма.

Педагог должен рассказать, что следует заботиться не только о собственном здоровье, но и о здоровье окружающих, соблюдая правила гигиены (мыть руки после туалета, при кашле и чихании прикрывать рот и нос рукой или носовым платком).

Детям сообщают элементарные сведения об инфекционных болезнях и их возбудителях. Предлагают под микроскопом рассмотреть капельку слюны и находящиеся в ней микроорганизмы. Объясняют ребенку, почему поднимается температура тела и о чем это свидетельствует, почему необходимо своевременно обращаться к врачу и выполнять все его предписания по приему лекарств.

Педагог знакомит детей с правилами первой медицинской помощи при травмах (порезах, ожогах, ссадинах, укусах и др.), объясняет, что при этом необходимо обратиться к взрослому за помощью и рассказать ему все, что произошло. Обсуждают с детьми, какую

первую помощь каждый может оказать себе сам (растереть обмороженное место рукавичкой: пошевелить пальцами, попрыгать, если замерзли ноги: переодеться, если промок; приложить холодный компресс, если ушиб ногу, руку, и т.п.).

Основным условием работы по разделу «Эмоциональное благополучие ребенка» авторы считают профилактику возникновения эмоционального дискомфорта у детей в детском саду, создание благоприятной атмосферы, характеризующейся взаимным доверием и уважением, открытым и доброжелательным общением.

Негативное влияние на эмоциональное состояние оказывают возникающие у детей страхи (боязнь темноты, животных, посторонних людей, сказочных персонажей и даже состояние оказаться в центре внимания и т.п.). Поэтому авторы программы ориентируют взрослых на внимательное отношение к этим явлениям у детей, предлагая им рассказать о своих переживаниях. Вместе с тем важно предостерегать детей от реальных опасных ситуаций: весной ходить по тонкому льду, купаться без присмотра взрослых, перебегать улицу в неполюженном месте и т. д.

Важно научить детей способам выхода из конфликтной ситуации, не доводя дело до ссор и драк. Необходимо также создавать условия для профилактики возникновения конфликтных ситуаций (использовать беседу, игру-драматизацию), научить детей осознанному восприятию своих чувств, желаний, умению выражать их соответствующим образом, понятным окружающим людям, а также спокойно относиться к желаниям и суждениям других детей.

Работа по разделу «Ребенок на улицах города» проводится через знакомство детей с правилами поведения на улицах города. Детям объясняют необходимость соблюдения правил и рассказывают об опасности, которая может возникнуть, если пренебрегать ими, что для этой цели существуют правила дорожного движения. Ими регулируется поведение пешеходов и водителей, объясняют, что дорожные знаки помогают и пешеходам, и водителям ориентироваться на улицах города. Ребят знакомят с основными дорожными знаками (предупреждающими, запрещающими, предписывающими, информационно-указательными) и светофором, рассказывают об их назначении, учат ориентироваться на них при «движении» (в играх с макетом города, в игровых ситуациях-загадках, в самостоятельной игровой деятельности с использованием велосипеда, самоката, детского автомобиля).

Реализация содержания программы обеспечивается комплектом рабочих тетрадей с цветными иллюстрациями, разрезным материалом.

Ожидаемые результаты. Дети не только знают, рассказывают, как надо правильно себя вести в тех или иных ситуациях, но и стараются осознанно выполнять большинство правил безопасного поведения. Способом проверки усвоенного содержания программы является педагогическая диагностика 2 раза в год (начальная и итоговая), которая осуществляется методом наблюдения и беседы.

Подведение итогов реализации программы являются праздники и развлечения, которые организуются в детском саду по тематическим блокам, а также выставки рисунков на тему «Безопасность».

РАЗДЕЛ 3: Содержание работы

Вторая младшая группа

1. Предметы, требующие осторожного обращения

Программное содержание: предложить детям хорошо запомнить основные предметы, опасные для жизни и здоровья, помочь им самостоятельно сделать выводы о последствиях неосторожного обращения с такими предметами.

2. Контакты с животными

Программное содержание: объяснить детям, что контакты с животными иногда могут быть опасны.

3. Личная гигиена

Программное содержание: развивать у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур.

4. Витамины и полезные продукты

Программное содержание: рассказать детям о пользе витаминов и их значении для здоровья человека.

5. Конфликты между детьми

Программное содержание: научить детей самостоятельно разрешать межличностные конфликты, учитывая при этом состояние и настроение другого человека, а также пользоваться нормами-регуляторами (уступить, договориться, соблюсти очерёдность, извиниться).

6. Одежда и здоровье

Программное содержание: ребёнок должен узнать, что одежда защищает человека от жары и холода, дождя и ветра. Чтобы сохранить здоровье и не болеть, надо правильно одеваться.

7. Игры во дворе

Программное содержание: обсудить с детьми различные опасные ситуации, которые могут возникнуть при играх во дворе дома, научить их необходимым мерам предосторожности.

Средняя группа

1. Опасные ситуации: Контакты с незнакомыми людьми на улице

Программное содержание: рассмотреть и обсудить с детьми типичные опасные ситуации возможных контактов с незнакомыми людьми на улице, научить ребёнка правильно себя вести в таких ситуациях.

2. Пожар

Программное содержание: рассказать детям, как правильно себя вести в случае пожара.

3. Балкон, открытое окно и другие бытовые опасности

Программное содержание: расширить представление детей о предметах, которые могут служить источниками опасности в доме. Дети должны знать, что нельзя самим открывать окна и выглядывать из них, выходить на балкон и играть там.

4. Будем беречь и охранять природу

Программное содержание: воспитывать у детей природоохранительное поведение; развивать представления о том, какие действия вредят природе, портят её, а какие способствуют её восстановлению.

5. Конфликты между детьми

Программное содержание: продолжать учить детей самостоятельно разрешать межличностные конфликты, учитывая при этом состояние и настроение другого человека, а также пользоваться нормами- регуляторами (уступить, договориться, соблюсти очерёдность, извиниться).

6. В городском транспорте

Программное содержание: познакомить детей с правилами этичного и безопасного поведения в городском транспорте.

7. Дорожные знаки

Программное содержание: научить детей различать и понимать, что обозначают некоторые дорожные знаки. Учить правилам поведения пешеходов.

8. К кому можно обратиться за помощью, если ты потерялся на улице.

Программное содержание: дети должны усвоить, что если они потерялись на улице, то обращаться за помощью можно не к любому взрослому, а только к милиционеру, военному, продавцу.

9. Знаешь ли ты свой адрес, телефон и можешь ли объяснить, где живёшь?

Программное содержание: дети должны запомнить и твёрдо знать свой адрес или хотя бы уметь обозначать ориентиры, которые помогут найти их место жительства (где находится и как выглядит дом, что расположено поблизости).

Старшая группа

1. Внешность человека может быть обманчива.

Программное содержание: объяснить ребёнку, что приятная внешность незнакомого человека не всегда означает его добрые намерения.

2. Как вызвать милицию.

Программное содержание: научить детей пользоваться телефоном для вызова милиции «02» (запомнить номер).

3. Использование и хранение опасных предметов.

Программное содержание: рассказать детям, что существует много предметов, которыми надо уметь пользоваться, и что они должны храниться в специально отведённых местах.

4. Контакты с животными.

Программное содержание: объяснить детям, что контакты с животными иногда могут быть опасны.

5. Скорая помощь.

Программное содержание: познакомить детей с номером телефона «03», научить вызывать «скорую медицинскую помощь» (запомнить своё имя, фамилию и домашний адрес).

6. Микробы и вирусы.

Программное содержание: дать детям элементарные представления об инфекционных болезнях и их возбудителях (микробах и вирусах).

7. Режим дня.

Программное содержание: сформировать у детей представления о правильном режиме дня и пользе его соблюдения.

8. Опасные участки на пешеходной части улицы

Программное содержание: познакомить детей с опасными ситуациями, которые могут возникнуть

на отдельных участках пешеходной части улицы, и с

соответствующими мерами предосторожности; различными способами ограждения опасных зон

тротуара.

9. Игры во дворе.

Программное содержание: обсудить с детьми различные опасные ситуации, которые могут возникнуть при играх во дворе дома, научить их необходимым мерам предосторожности.

Подготовительная к школе группа

1. Предметы, требующие осторожного обращения.

Программное содержание: предложить детям запомнить основные предметы, опасные для жизни

- здоровья, помочь им самостоятельно сделать выводы о последствиях неосторожного обращения с такими предметами.

2. Насильственные действия незнакомого взрослого на улице.

Программное содержание: рассмотреть и обсудить с детьми ситуации насильственных действий со стороны взрослого на улице, научить их соответствующим правилам поведения.

3. Ребёнок и его старшие приятели.

Программное содержание: научить детей говорить «нет», если старший приятель попытается вовлечь его в опасную ситуацию.

4. Как устроено тело человека.

Программное содержание: познакомить детей с тем, как устроено тело человека.

5. Здоровье и болезнь.

Программное содержание: научить детей заботиться о своём здоровье, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью.

6. Пожар.

Программное содержание: познакомить детей с номером телефона «01», по которому надо звонить в случае пожара.

7. Здоровая пища.

Программное содержание: помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания – еда должна быть не только вкусной, но и полезной.

8. Спорт.

Программное содержание: способствовать становлению у детей ценностей здорового образа

жизни: занятия спортом очень полезны для здоровья человека.

9. Безопасное поведение на улице.

Программное содержание: научить детей правилам поведения на улице, где можно и нельзя играть.

Перспективно-тематическое планирование подготовительная к школе группа.

Месяц	Вид деятельности	Название
Сентябрь	<p>Беседы: «Кто ты, незнакомец», «Однажды на улице».</p> <p>Д/и «Как избежать неприятностей», «Разложи по порядку». Тема: «Ребёнок и природа».</p> <p>Беседы по картинкам и плакатам; наблюдения на участке во время прогулок и экскурсий.</p> <p>Д/и «Как избежать неприятностей в природе», «Кто где живёт» (про насекомых), «Распутай путаницу» (ядовитые растения, грибы, ягоды).</p> <p>Занятие-практикум «Спешим на помощь».</p> <p>Д/и «Как избежать неприятностей дома», «Кто поможет?», «Скорая помощь».</p> <p>Д/и «Четвёртый лишний» (что вредно, а что полезно), «Загадай, мы отгадаем» (об органах человека, их функциях)</p> <p>Занятия, беседы, наблюдения.</p> <p>Беседы: «Что я умею чувствовать», «Мои желания»</p> <p>Д/и «Что хорошо, что плохо».</p> <p>Рисование свободное и тематическое.</p> <p>Тема: «Ребёнок на улицах города»</p> <p>Занятие-практикум «Мы пешеходы».</p> <p>С/р игры: «Водитель и пассажиры», «Милиционер-регулирующий».</p> <p>Д/и «Дорожные знаки», «Найди ошибку»</p>	<p>«Ребёнок и другие люди».</p> <p>«Ребёнок один дома».</p> <p>«Здоровье ребёнка»</p> <p>«Эмоции»</p> <p>«Ребёнок на улицах города»</p> <p>«Опасные предметы».</p>

Здоровые дети в здоровой семье

Продолжать формировать у детей потребность в здоровом образе жизни, учить думать о своем здоровье, знать свое тело, научиться заботиться о нем, не вредить своему организму, объяснить что здоровье-это одна из главных ценностей в жизни.

Определить те знания и представления, которые имеются у детей, выявлять умения и навыки дошкольников по формированию начальных основ безопасности жизнедеятельности.

«Ребёнок на улицах города»
Изготовление макета улицы, дорожных знаков (продуктивная деятельность).
Чтение художественной литературы: В Суслов «Его сигнал для всех закон».
Д/и «Светофор»
С/р игра «Транспорт».
Просмотр видеофильмов по теме «Безопасность на дороге»
Правила безопасного перехода через улицу.
Закрепить представления детей о правилах поведения на улицах города, о сигналах светофора.

«Ребёнок дома»
Беседа, наблюдение
Работа с рабочей тетрадью
Беседы: «Домашние помощники», «Правила обращения с электроприборами», «Осторожно – электроприборы».
Д/и «Что есть, что было», «Назови и опиши», «Можно-нельзя», «Раз, два, три, - что

может быть опасно-найди» (в игровом уголке)
Творческое задание «Что есть, что будет» (усовершенствован. предмет).
Итоговое занятие:
«Электроприборы и электричество»
Чтение «Детской энциклопедии»
Внешность человека может быть обманчива. Стр.40-42 «Опасные предметы».
Уточнить представления детей об источниках опасности в доме, о правилах пользования бытовой техникой.
Объяснить ребенку, что внешность незнакомого человека не всегда означает его добрые намерения.
«Здоровье ребёнка»
Беседа
Работа с рабочей тетрадью
Обсуждение
Чтение художественной литературы: К Чуковский «Мойдодыр», Т. А. Шорыгина «Утренняя песенка».
Театрализованное представление по стих. А. Барто «Девочка чумазая».
Д/и «Туалетные принадлежности», «Правила гигиены». Тренинг «Обучение точечному массажу».
Загадывание загадок о туалетных принадлежностях.
Пожароопасные предметы.
«Забота о здоровье» - навыки личной гигиены, профилактика заболеваний, учить детей заботиться о своём здоровье, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью.
Помочь детям хорошо запомнить основную группу пожароопасных предметов,

	<p>которыми нельзя самостоятельно пользоваться как в городе, так и в сельской местности.</p>	
<p>Октябрь</p>	<p>Рассказ Работа с рабочей тетрадью беседа Моделирование игровых обучающих ситуаций: «Незнакомый человек в группе», «Что ты будешь делать, если у дверей твоего дома появится человек с большой коробкой и скажет, что принёс тебе подарок?» Беседа: «Внешность человека может быть обманчива», «Люди знакомые и незнакомые». Рассматривание иллюстраций, чтение стихотв. Е. Тамбовцева-Широкова «Находчивый Дима». С/р игра «Мой дом – моя крепость». Чтение р. н. с. «Волк и семеро козлят», «Кот, петух и лиса». Инсценирование игровых ситуаций из книги «Азбука безопасности». Взаимосвязь и взаимодействие в природе. стр.70-73 Опасные ситуации с незнакомыми людьми. Рассмотреть и обсудить с детьми опасные ситуации, которые могут возникнуть при контакте с незнакомыми людьми дома; учить, как правильно вести себя в таких случаях. Развить у детей понимания того, что планета Земля - наш общий дом, в котором живут звери, птицы, рыбы, насекомые, а человек-часть природы; что на жизнь человека и животных влияют</p>	<p>«Ребёнок и природа» «Опасные ситуации с незнакомыми людьми». «Ребёнок и другие люди» «Правила оказания первой помощи при ушибах и порезах».</p>

чистота водоемов, почвы и воздушной среды.

Беседа, игра

Занятие: «В гостях у старичка-лесовичка» (ядовитые грибы и ягоды).

Рассматривание муляжей, иллюстраций, картинок.

Чтение Я. Тайц «По грибы».

Беседы: «Ядовитые грибы и ягоды», «Безопасность на природе».

Продуктивная деятельность: рисование, лепка «Мухомор».

Д/и «Можно-нельзя»

Сбор грибов и ягод (настольная игра).

Закрепить и обобщить знания детей о грибах и ягодах, познакомить с ядовитыми и съедобными растениями, научить различать их и правильно называть.

Закрепить знания о съедобных и несъедобных грибах и ягодах.

НОД: «Осторожно, улица!»

Беседа, творческое задание, игра

Спектакль «Опасные ситуации»

Изготовление плакатов «Моя безопасность»

Чтение р. н. с. «Колобок»; Ш. Перро «Красная шапочка», А. С. Пушкин «Сказка о мёртвой царевне».

Беседы: «Личная безопасность на улице», «Правила поведения при контактах с незнакомыми людьми»

Д/и «Узнай по описанию»

Моделирование ситуаций: «К тебе подходит незнакомец», «Незнакомый взрослый угощает ребёнка сладостями, приглашает пойти с ним» и т. д.

Опасные ситуации: контакты с незнакомыми людьми на улице и дома. Стр. 42-46

Опасность контактов с незнакомыми взрослыми. Рассмотреть и обсудить типичные опасные ситуации возможных контактов с незнакомыми людьми на улице, учить детей правильно себя вести в таких ситуациях. Закреплять представления о правилах поведения с незнакомыми людьми (не разговаривать с незнакомцами, не брать у них различные предметы; при появлении незнакомого человека на участке сообщить об этом воспитателю). Закреплять умение называть свою фамилию и имя; родителей, домашний адрес и телефон.

НОД

Беседа, игра, работа с рабочей тетрадью.

Коллаж « Я вырасту здоровым»

Рассматривание иллюстраций с изображением оказания первой помощи при ушибах и порезах.

С/р игра «Травмпункт», «Больница».

Д/и «Телефонный разговор».

Экскурсия в медицинский кабинет, чтение К. Чуковского «Айболит».

Создание игровых ситуаций: «Ты поцарапался, что делать?».

Беседа «Скорая помощь»

Д/и «Вызови скорую помощь»

Я и мое здоровье: Как устроено тело человека.

Учить умению оказывать себе и другому первую помощь при порезах и ушибах. Учиться разговаривать по телефону, познакомиться с номером

	<p>телефона «Скорой помощи» - 03.</p> <p>Продолжать знакомить детей с тем, как устроено тело человека. Расширять представления о здоровье и здоровом образе жизни.</p> <p>Воспитывать стремление вести здоровый образ жизни.</p> <p>Формировать положительную самооценку. Расширять знания детей в области гигиены, здоровья и его сохранения.</p> <p>Воспитывать в детях терпимость, сочувствие к больному человеку, желание и умение оказать помощь и поддержку.</p>	
<p>Ноябрь</p>	<p>НОД</p> <p>Музыкально-художественное развлечение «Баба Яга в городе»</p> <p>Д/и: «Дорожная азбука», «Светофор», «Дорожные знаки».</p> <p>С/р игры: «Улицы города», «Автобус», «Мы едем, едем, едем».</p> <p>Беседа: «Виды транспорта», «Как работает шофёр»</p> <p>Занятие «Беседы о транспорте»</p> <p>Конструирование «Транспорт».</p> <p>Чтение: С. Михалков «Дядя Стёпа милиционер», М. Ильин «Машины на нашей улице».</p> <p>Под. игры «Цветные автомобили», «Светофор».</p> <p>Азбука дорожного движения: В городском транспорте.</p> <p>Закрепить правила поведения на улице, познакомить с основными видами транспортных средств, движущихся по дороге.</p> <p>Познакомить детей с правилами этичного и безопасного поведения в городском транспорте.</p>	<p>«Ребёнок на улицах города»</p> <p>«Что я вижу в городе»</p> <p>«Ребенок дома»</p> <p>«Ребёнок и другие люди»</p>

Беседа, игра, работа с рабочей тетрадью
Чтение художественной литературы Е. Козинов «Чик-чик ножницами», Ю. Пермяк «Торопливый ножик», Н. Носов «Заплатки», «Сказка о принцессе Иголочке».
Загадки о предметах, требующих осторожное обращение.
Беседа «Использование и хранение опасных предметов».
С/р игра «Кухня»
Продуктивная деятельность «Изготовление игольницы»
Д/и «Наведи порядок», «Предметы из бабушкиной шкатулки», «Что лишнее», «Опасно-неопасно».
Ребенок дома: Предметы, требующие осторожного обращения. Стр. 56, 58
«Острые предметы»
Закрепить представление об острых колющих и режущих предметах, предостеречь от несчастных случаев в быту.
Предложить детям хорошо запомнить основные предметы, опасные для жизни и здоровья, помочь им самостоятельно сделать выводы о последствиях неосторожного обращения с такими предметами.
НОД, работа с тетрадью, моделирование
Рисование «Мой любимый вид транспорта», Игра «Машины в городе»
«Как мы переходим через улицу» - закрепить знания детей о работе светофора, о правилах перехода через улицу.
Дорожные знаки. Стр. 117
Занятие-прогулка «Наши улицы»

Экскурсия к проезжей части (перекрёсток, пешеходный переход).

Беседы: «Знакомство с улицей», «Посмотри налево, посмотри направо», «Светофор – друг человека».

Моделирование ситуаций:

- помочь Буратино добраться до детского сада;
- помочь зверьям перейти через дорогу.

Д/и «Красный, жёлтый, зелёный», «Кто быстрее соберёт светофор».

Под. игры «Стой-иди».

Развлечение «Наш друг – светофор»

Продуктивная деятельность: рисование, аппликация «Пешеходный переход», «Светофор».

Изготовление дорожных знаков.

Чтение: Я. Пишунов «Самый лучший переход», А. Иванов «Как неразлучные друзья дорогу переходили», С. Прокофьев «Мой приятель светофор», Б. Житков «Светофор».

Научить детей различать и понимать, что обозначают некоторые дорожные знаки.

Занятия с рабочей тетрадью, обсуждение

Рассматривание иллюстраций.

Беседа «Как не потеряться»

Д/и «Добрый и злой человек»

Творч. игра «Ищу тебя»

Рисование: «Наш уютный дворик», «Свои и чужие».

Чтение Г. Ладонщикова «Про больших и маленьких» (история маленького цыплёнка)

	<p>Обыгрывание и обсуждение ситуации: «Я потерялся...», «К кому обратиться...»</p> <p>К кому можно обратиться за помощью, если ты потерялся на улице стр.129-130</p> <p>Опасность контактов с незнакомыми людьми; к кому можно обратиться за помощью. Дети должны усвоить, что если они потерялись на улице, то обращаться за помощью можно не к любому взрослому, а только к милиционеру, военному, продавцу.</p>	
Декабрь	<p>Беседа, игра</p> <p>Работа с рабочей тетрадью</p> <p>Беседа: «Что может быть горячим», «Кухня не место для игр».</p> <p>Рассматривание иллюстраций с изображением опасных предметов.</p> <p>Экспериментирование с водой.</p> <p>Экскурсия на кухню.</p> <p>Д/и «Опасно-неопасно», «Соедини по точкам».</p> <p>Продуктивная деятельность: Аппликация, лепка «Чайник», «Утюг», «Кастрюля».</p> <p>Заучивание загадок, чтение стихотворений о кухонных принадлежностях.</p> <p>Использование и хранение опасных предметов. Стр. 58</p> <p>Прямые запреты и умение правильно обращаться с некоторыми предметами.</p> <p>Уточнить представление детей о правилах безопасного поведения дома, закрепить представление о том, что можно обжечься при небрежном пользовании горячей водой, паром, о кастрюлю, утюг, плиту и т. д.</p> <p>Рассказать детям, что существует много предметов,</p>	<p>«Ребёнок дома»</p> <p>«Ребёнок и природа»</p> <p>«Контакты с животными»</p> <p>«Ребёнок на улицах города»</p>

которыми надо уметь пользоваться, и что они должны храниться в специально-отведенных местах.

Беседа, игра

Работа с тетрадью

Беседа: «Умеешь ли ты обращаться с животными», «Кошки и собаки – наши соседи».

Просмотр познавательных видеофильмов «Эти удивительные животные».

Д/и «Рыба, птица, зверь», «Узнай по описанию».

Чтение: А. Дмитриев «Бездомная кошка», Г. Новицкий «Дворняжка».

Моделирование ситуаций встречи с животными «Что будешь делать если...», «Укусила собака».

Формировать представления о том, что можно и чего нельзя делать при контакте с животными. Воспитать интерес к жизни животных, добрые чувства к ним. Закрепить правила поведения при встречи с животными.

Объяснить детям, что контакты с животными иногда могут быть опасны.

«Ребёнок на улицах города»

НОД

Детское творчество в рисунках детей

Занятие-беседа: «Опасности зимней дороги».

Опытно-экспериментальная деятельность «Катание ластика по мокрой и сырой дощечке (уточнить представления детей о поведении резины на мокрой дороге).

Упражнение на прогулке:
«Катание по скользкой дорожке».

Эстафета: «Пройди по тротуару».

С/р игра «Дороги»

Досуг: «Петрушка на улице».

Инсценировка «Кот, Петух и лиса на новый лад».

Д/игра «Найди и расскажи» (о дорожных знаках).

Конкурс «Лучший пешеход»

Тестоластика «Транспорт»

Опасные ситуации зимой.

Систематизировать представления детей об особенностях передвижения человека и автотранспорта в зимнее время по скользкой дороге.

Закреплять правила безопасного поведения во время прогулок и игр в зимнее время.

Беседа

Работа с тетрадью

Игровая ситуация

Беседа: «Детские шалости с огнём», «Пожар в квартире», «Пожарный – герой, он с огнём вступает в бой».

Рассматривание иллюстраций, плакатов с изображением опасных предметов, ситуаций при пожаре, правилах поведения во время пожара.

Игра: «Если возник пожар».

Н/п игра «Кому, что нужно», «Где мы были мы не скажем, а что делали покажем».

Экскурсия по ДОУ – закрепление знаний о путях эвакуации.

С/р игра «Пожарные на учениях».

Д/и «Огнеопасные предметы».

Пожар. Стр. 61

	<p>Основные правила поведения и действия при пожаре» Закреплять знания детей о причинах возникновения пожара, запомнить основную группу пожароопасных предметов. Познакомить с номером «Телефон пожарной части – 01».</p> <p>Познакомить детей с номером телефона «01», по которому надо звонить в случае пожара. Сформировать у детей навыки пожаробезопасного поведения в период новогодних и рождественских праздников</p>	
январь	<p>Беседа Работа с тетрадью Игра Беседа: «Почему полезно заниматься физкультурой», «Если хочешь быть здоров», «Мы дружим с физкультурой».</p> <p>Д/игры: «Угадай вид спорта», «Где мы были, мы не скажем, а что делали – покажем».</p> <p>С/р игра: «Физкультурное занятие».</p> <p>Продуктивная деятельность «Мы делаем зарядку».</p> <p>Беседа Работа с тетрадью Игра Беседа: «Почему полезно заниматься физкультурой», «Если хочешь быть здоров», «Мы дружим с физкультурой».</p> <p>Д/игры: «Угадай вид спорта», «Где мы были, мы не скажем, а что делали – покажем».</p> <p>С/р игра: «Физкультурное занятие».</p> <p>Продуктивная деятельность «Мы делаем зарядку».</p> <p>Беседа Работа с тетрадью</p>	<p>Здоровье ребёнка» «Физкультура и здоровье» «Эмоциональное благополучие ребёнка» «Ребёнок и его старшие приятели»</p>

Беседы: «Чистота и здоровье»,
«Почему люди болеют»,
«Зачем заниматься
физкультурой».

Занятие «Путешествие в
страну здоровья».

Театр на фланелеграфе «Все
зверята любят мыться».

Экскурсия в медицинский
кабинет детского сада.

Д/и «Туалетные
принадлежности»

Досуг: «Дорога к доброму
здоровью».

Здоровье и болезнь.
«Болезни и их профилактика».

Забота о своём здоровье и
здоровье окружающих, учить
избегать ситуаций,
приносящих вред здоровью.
Научить детей заботиться о
своём здоровье, избегать
ситуаций, приносящих вред
здоровью.

НОД
Работа с тетрадью
Рисование

Беседа «Обидеть легко, да
душе какого?»

Разучивание пословиц,
поговорок о дружбе.

Моделирование ситуаций:
«Старшие дети зовут на
крышу», «Давай убежим через
дорогу...» и т. д.

Чтение: р. н. с. «Бабушка,
внучка да курочка», алтайская
сказка «Страшный гость», А.
Барто «Страшные птицы», Ю.
Мориц «Митя и ужас».

Инсценирование: «Иван
Царевич побеждает Змея
Горыныча»

Детские страхи.
Научить ребёнка говорить
«нет», если приятели, старшие
по возрасту, предлагают
опасную игру или занятие.

	<p>Помочь детям избавиться от возможного чувства страха. Научить детей справляться со своими страхами.</p>	
<p>февраль</p>	<p>Беседа, Работа с тетрадью Детское творчество Подбор стихов, пословиц, загадок. Рассматривание иллюстраций с изображением опасных ситуаций, сюжетных картинах. Составление рассказов на тему: «В поход», «На рыбалку». С/р игры: «Путешествие». Беседа: «Ядовитые растения». Д/и «Съедобное-несъедобное». Исследовательская деятельность «Что содержится в воде?» Продуктивная деятельность «Красивые, но ядовитые» Будем беречь, и охранять природу. стр. 73-77 "Безопасность при отдыхе на природе» Познакомить детей с правилами безопасного поведения на природе. Воспитать у детей природоохранное поведение; развить представление о том, какие действия вредят природе, портят ее, а какие способствуют ее восстановлению. Работа с тетрадью Тренинг С/р игра «Детский сад», «Дом», «Семья». Чтение художественной литературы: Г. Ладонщиков «У пенька», «Трусливый задира»; Я. Аким «Индюк», Р. Сеф «Слёзы». Разучивание хороводных игр «Хоровод мы ведём.... В хороводе все друзья»</p>	<p>«Ребёнок и природа» "Безопасность при отдыхе на природе» «Эмоциональное благополучие ребёнка» «Конфликты между детьми». «Изучаем свой организм»</p>

Д/и «Настроение», «Мой портрет».

Обсуждение с детьми ситуаций, из-за которых происходят споры.

Разучивание пословиц «Когда двое соряются, оба виноваты» «Ругательства – не доказательства».

«Кто зазнается, тот без друзей останется» и т. д.

Конфликты между детьми.

Учить детей самостоятельно разрешать межличностные конфликты, учитывая при этом состояние и настроение другого человека, а также пользоваться нормами-регуляторами.

Научить детей самостоятельно разрешать межличностные конфликты, учитывая при этом состояние и настроение другого человека, а также пользоваться нормами-регуляторами (уступить, договориться, соблюсти очередность, извиниться).

Беседа

Работа с тетрадью

Как вызвать полицию. Стр. 63

Моделирование игровых обучающих ситуаций:

«Незнакомый человек в группе», «Что ты будешь делать, если у дверей твоего дома появится человек с большой коробкой и скажет, что принёс тебе подарок?»

Беседа: «Внешность человека может быть обманчива», «Люди знакомые и незнакомые».

Рассматривание иллюстраций, чтение стихотв. Е. Тамбовцева-Широкова «Находчивый Дима».

С/р игра «Мой дом – моя крепость».

Чтение р. н. с. «Волк и семеро козлят», «Кот, петух и лиса».

Инсценирование игровых ситуаций из книги «Азбука безопасности».

Научить детей пользоваться телефоном для вызова полиции «02»

Опасные ситуации с незнакомыми людьми.

Рассмотреть и обсудить с детьми опасные ситуации, которые могут возникнуть при контакте с незнакомыми людьми дома; учить, как правильно вести себя в таких случаях.

«Здоровье ребёнка»

Беседа

Работа с тетрадью.

Уточнить знания о частях тела человека, назначение органов.

Формировать представление о том, что полезно и что вредно для организма. Закреплять знания о том, как нужно заботиться о своём теле и своём здоровье.

Как работает сердце человека. стр. 86-89

Занятие: «Как мы устроены».

Беседы: «Как работает мой организм», «Наши помощники – органы чувств», «Как беречь глаза».

Рассматривание иллюстраций с изображением человека.

Опытно-исследовательская деятельность по изучению отдельных функций своих органов чувств.

Д/и «Что может навредить моему слуху», «Кто больше знает о себе».

Чтение: В. Бондаренко «Язык и уши», С. Маршак «Почему у

	<p>человека две руки и один язык», Е Пермьяк «Про нос и язык».</p> <p>Загадки о частях тела человека.</p> <p>Игра-имитация «Живут мальчишки – весёлые пальчики.</p> <p>Озорные ножки ходят по дорожке.</p> <p>Шея крутит головою....»</p> <p>Продуктивная деятельность: «Мы одинаковые и разные», «Портреты».</p> <p>Познакомить детей с назначением и работой сердца.</p>	
март	<p>Беседа</p> <p>Работа с тетрадью</p> <p>Тренинг</p> <p>Рассматривание иллюстраций с изображением оказания первой помощи при ушибах и порезах.</p> <p>С/р игра «Травмпункт», «Больница».</p> <p>Д/и «Телефонный разговор».</p> <p>Экскурсия в медицинский кабинет, чтение К. Чуковского «Айболит».</p> <p>Создание игровых ситуаций: «Ты поцарапался, что делать?».</p> <p>Беседа «Скорая помощь»</p> <p>Д/и «Вызови скорую помощь»</p> <p>Скорая помощь.</p> <p>Учить умению оказывать себе и другому первую помощь при порезах и ушибах. Учиться разговаривать по телефону, познакомиться с номером телефона «Скорой помощи» - 03.</p> <p>Познакомить детей с номером телефона «03», научить вызывать скорую медицинскую помощь (запомнить свое имя, фамилию, домашний адрес).</p> <p>Беседа Работа с тетрадью</p> <p>Беседы на тему: «Что у меня внутри?», «Зачем нужно питаться, увлекаться,</p>	<p>«Здоровье ребёнка»</p> <p>«Правила оказания первой помощи при ушибах и порезах».</p> <p>«Ребёнок дома»</p>

трудиться?», «Что нужно человеку для жизни?»
Практикум: «Сохрани своё здоровье», «Как работает желудок человека», «Что мы едим».

Рассматривание иллюстраций: «Тело человека», «Органы».

Беседы: «Осторожно, грипп!», «Кто нас лечит?», «Как защитит себя от микробов».

Практикум: «Мойте руки перед едой», «Мытьё игрушек»

Игровая программа «Девочка чумазная».

Д/и «Определи по запаху», «Определи на ощупь».

Викторина «Здоровые зубы».

Что мы делаем, когда едим.
стр.89-90

Изучаем свой организм.
Продолжить формировать представления о строении человеческого организма и функциях его основных органов. Ознакомить с назначением и работой системы пищеварения, «Микробы и вирусы»

Ознакомить детей с системой и работой пищеварения.

Беседа,
Работа с тетрадью
Обсуждение
Творческое задание
Работа с родителями
Рассматривание иллюстраций, картинок на тему: «Как избежать неприятностей».

Беседы: «Обходи скользкие места» (умение вести себя при гололёде), «Берегись мороза».

Физкультурный досуг: «Зимние забавы».

Чтение: Б. Житков «На льдине», М. Богданов «След человека».

Наблюдение за работой дворника.
Продуктивная деятельность: помощь в уборке групповой площадки малышей, изготовление мелких фигурок.
Балкон, открытое окно и другие бытовые опасности.
стр. 66-70
Формировать представления о правилах безопасности во время проведения зимних игр. Закрепить правила поведения чрезвычайных ситуаций зимой, умение оказывать первую помощь при ушибах.
Расширить представление детей о предметах, которые могут служить источником опасности в доме. Дети должны знать, что нельзя самим открывать окна и выглядывать из них, выходить на балкон и играть там.
Работа с тетрадью
Чтение худ.литерат.
Беседа
Чтение художественной литературы: К Чуковский «Мойдодыр», Т. А. Шорыгина «Утренняя песенка».
Театрализованное представление по стих. А. Барто «Девочка чумазая».
Д/и «Туалетные принадлежности», «Правила гигиены». Тренинг «Обучение точечному массажу».
Загадывание загадок о туалетных принадлежностях.
Личная гигиена. стр. 98-101
«Забота о здоровье» - навыки личной гигиены, профилактика заболеваний, учить детей заботиться о своём здоровье, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью.

	<p>Развить у детей понимание значение и необходимость гигиенических процедур.</p>	
апрель	<p>Работа с тетрадью Игра-тренинг Работа с родителями Наблюдение по картинкам: «Что бывает, когда трескается лёд». Рассматривание иллюстраций с изображением опасных ситуаций. Обсуждение ситуаций: «Что делать если...». С/р игра «Спасатель», «Скорая помощь». «Д/и «Да-нет». Чтение художественной литературы «Дед Мазай и зайцы». Под. игра «Наводнение». Беседа «Правила безопасности в воде». Познакомить детей с правилами поведения у водоёмов весной, рассказать о способах и средствах спасения утопающих, а также с правилами безопасного поведения на льду. Обсудить с детьми различные опасные ситуации, которые могут возникнуть при играх во дворе дома, научить их необходимым мерам предосторожности. Беседа Работа с тетрадью Творческое задание Тренинг Беседа: «Внешность человека может быть обманчива». Обсуждение ситуаций: «Взрослый незнакомец хватается ребёнка за руку, тащит за собой или пытается затащить в машину».</p>	<p>«Ребёнок дома» «Безопасность на льду весной». «Безопасность на льду весной». «Сопротивление агрессии со стороны незнакомых взрослых».</p>

Беседа: «Личная безопасность на улице».

Игра «Похитители и находчивые ребята».

Эстафета «Убегу от чужого».

Инсценирование отрывка из сказки «Кот, петух и лиса».

Д/и «Говорящие знаки», «Как я иду в детский сад».

Чтение сказок: «Гуси-лебеди», «Три горошинки», «Терешечка», «Жихорка».

Обсуждение: «Как героям сказок удалось обхитрить и победить злодеев».

Чтение: Т. А. Шорыгина «Осторожные сказки», К. Чуковский «Катауси и Мауси», С. Маршак «Сказка о глупом мышонке», Г. Блинов «Непослушные СТО бед».

Насильственные действия незнакомого взрослого на улице.

Рассмотреть и обсудить с детьми типичные ситуации возможных контактов с незнакомыми людьми на улице, научить ребёнка правильно вести себя в описанных ситуациях.

Продолжить знакомить детей с правилами поведения на улице.

Рассмотреть и обсудить с детьми ситуации насильственных действий со стороны взрослого на улице, научить их соответствующим правилам поведения.

НОД

Беседа

Работа с тетрадью

Викторина «Будем здоровы»

Хочу быть здоровым: Режим дня. стр.106-108

Сформулировать у детей представления о правильном

	<p>режиме дня и пользе его соблюдения для здоровья. Беседа, Работа с тетрадью Как мы дышим. стр.90-93 Ознакомить детей с органами дыхания.</p>	
май	<p>Рассказ Работа с тетрадью Тренинг Как движутся части тела. стр.93-95 Ознакомить детей с назначением мышц, костей, суставов, их роль в строении тела человека, а также с возможностями движения различных частей тела. «Ребёнок и улица» НОД Работа с тетрадью Обсуждение Наблюдение за движением велосипедистов. Игровой сюжет: «Где можно и где нельзя кататься на велосипеде». Демонстрирование иллюстраций по теме. Д/и «Найди такой же знак». «Учись быть пешеходом». «Красный и зеленый». Беседы «Зачем нужны дорожные знаки», «Знаки предупреждающие и указывающие», «Я хочу быть здоровым» Безопасное поведение на улице. стр. 127-129 Познакомить детей с правилами передвижения детей на велосипеде. Научить детей правилам поведения на улице, где можно и нельзя играть. Беседа, чтение худ.лит. Работа с тетрадью Беседа: «О роли лекарств и витаминов», «Твои любимые</p>	<p>«Здоровье ребёнка» «Правила езды на велосипеде и самокате». «Лекарства и витамины».</p>

фрукты (овощи)», «Какие фрукты (овощи) растут в нашей стране?», «Какие фрукты (овощи) растут в тёплых странах», «Витамины и здоровье», «Где живут витамины».

С/р игра «Магазин (овощной)», «Аптека».

Практикум: «Витаминный салат», «Витамины укрепляют организм».

Моделирование ситуации «Как заваривать травяной чай».

Чтение: А. С. Пушкин «Сказка о мертвой царевне и семи богатырях», М. Безруких «Разговор о правильном питании», Г. Зайцев «Приятного аппетита», «Крепкие зубы».

Продуктивная деятельность: изготовление атрибутов для игры «Аптека».

Витамины и полезные продукты. Стр. 101

Объяснить детям, как витамины влияют на организм человека. Дать сведения о лекарствах (их пользе, вреде). Применение по назначению врача, чужих лекарств не брать, о витаминах, продуктах, где они есть.

Рассказать детям о пользе витаминов и их назначении для здоровья человека.

«Здоровье ребёнка»

Рассказ

Эксперимент

Работа с тетрадью

Спортивное развлечение «Где прячется здоровье»

Игры с мячом «Полезное и вредное».

Чтение: Г. Горн

«Энциклопедия здоровья в

	<p>сказках и рассказах для самых маленьких».</p> <p>И. Семенов «Как стать Небойкой».</p> <p>Микробы и вирусы. Стр. 96</p> <p>Дать детям элементарное представление об инфекционных болезнях и их возбудителях (микробах, вирусах).</p>	
--	--	--

Литература

1. Авдеева Н.Н., Князева О.Л., Стёркина Р.Б. «Безопасность». Рабочие тетради №№ 1, 2. - Спб.: «Детство-Пресс», 2002.
2. Авдеева Н.Н., Князева О.Л., Стёркина Р.Б. «Безопасность». Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. - Спб.: «Детство-Пресс», 2009.
3. «Дорожная азбука юного пешехода». Учебно-методическое пособие для воспитателей дошкольных учреждений по обучению детей основам безопасного поведения на улице.. - Калининград, 1995.
4. «Как обеспечить безопасность дошкольников». Конспекты занятий по основам безопасности детей дошкольного возраста. Книга для воспитателей детского сада. / К.Ю. Белая, В.Н. Зимонина и др. - М.: Просвещение, 1998.
5. «Правила дорожного движения для детей дошкольного возраста» / Сост. Н.А. Извекова, А.Ф. Медведева и др.; Под. Ред. Е.А. Романовой, А.Б. Малюшкина. - М.: ТЦ Сфера, 2005.
6. «Твоя безопасность. Как вести себя дома и на улице». Для среднего и старшего дошкольного возраста. Книга для дошкольников, воспитателей детского сада и родителей / К.Ю. Белая, В.Н. Зимонина и др. - М. Просвещение, 1998.