

Таблица навыков и умений

№	Навык персональной безопасности	Умения, составляющие навык (возраст начала формирования умения)	Возраст	
			начало формирова ния НПБР	устойчивость НПБР
1.	Определение чужого	<ul style="list-style-type: none"> – определять и называть членов своей семьи (3-4); – различать понятия «семья» и «чужой» по принципу: чужой не член семьи (3-4); – не объединять понятия «чужой» и «плохой» (3-4); – включать в круг семьи близких родственников, которым родители передают свои полномочия (4-5); – понимать, что «плохие» могут казаться «хорошими» (4-5); – знать наизусть безопасный список членов семьи, родственников на правах членов семьи, близких друзей семьи, которым доверяют родители и сказали ребенку об этом (5-6); – понимать, что «чужие» бывают «плохие» и «хорошие» (5-6); – различать людей из безопасного списка (семью, родственников, друзей, знакомых, которым родители делегируют свои полномочия и других чужих (незнакомых, знакомых, малознакомых – всех, кому не доверяют родители) (6-7); – понимать, что у «чужого» из безопасной полезной группы можно попросить помощи (6-7); – понимать, что большинство чужих людей хорошие, и придут на помощь ребенку (6-7); – понимать, что бывают некоторые «плохие чужие», которые могут обидеть ребенка и причинить ему вред (6-7); – помнить, что люди безопасной группы знают семейный пароль, им доверяют родители и сказали ребенку об этом (6-7); – знать имена своих педагогов (6-7); 	3	7
2	Общение с чужим	<ul style="list-style-type: none"> – брать от чужого угощение только с разрешения родителей(3-4); – не позволять чужим трогать себя (3-4); – не бояться проявить непослушание чужому (3-4); – уходить из детского сада, развивающего центра, бассейна только с членом своей семьи, или с тем, с кем разрешили родители (3-4); 	3	10

		<ul style="list-style-type: none"> – разговаривать с «чужими» только в присутствии членов семьи или людей из безопасного списка (5-6); – на любые предложения чужого отвечать готовой фразой: «Я спрошу разрешения у мамы» (5-6); – вести себя с любым человеком, не входящим в безопасный список, одинаково, независимо от возраста, пола, внешности (5-6); – избегать контакта с «чужим» с помощью молчания, готовых фраз, ухода в сторону людного и освещенного места (6-7); – не поддаваться на уговоры, угрозы, провокации, просьбы о помощи (6-7); 		
3	Быть на виду	<ul style="list-style-type: none"> – находиться в границах послушания, установленных родителями и воспитателями: играть и бегать в непосредственной близости (3-4); – не отходить в сторону от родителей (3-4); – не прятаться, держаться в зоне видимости (5-6); 	3	5
4	Словарь тела	<ul style="list-style-type: none"> – назвать все части тела свои и людей, усвоить, какие из них «только мои» (3-4); – держать интимные части тела закрытыми, понимать, что показывать их можно только родителю одного пола, маме или врачу с разрешения родителей(4-5); – позволять ухаживать за своими интимными местами только родителю или старшему члену семьи своего пола (5-6); – назвать свободно интимные части тела свои и других людей определенными словами, принятыми в семье («только мое», «мои местечки», «укромные места», «тайные места», «запретные местечки», «интимные места») (5-6); 	3	7
5	Вначале спроси разрешения	<ul style="list-style-type: none"> – спросить разрешения у родителей, прежде чем взять что-то от чужого, не члена семьи (3-4); – спросить разрешения, прежде чем взять что-то от любого человека вне безопасного списка (5-6); 	3	.5
6	Идентифицирующая информация	<ul style="list-style-type: none"> – знать наизусть свое имя, фамилию, возраст(3-4г); – знать наизусть имена родителей(3-4г); – знать наизусть домашний адрес, телефон (4-5); – написать печатными буквами свое имя, адрес (5-6); – описать место, где находится твой дом (6-7); 	3	6
7	Забота о своем имуществе	<ul style="list-style-type: none"> свои игрушки из сада забирать домой (3-4г); – убирать на место игрушки после игры (3-4г); 	3	10

		<ul style="list-style-type: none"> – не хвастаться вещами, игрушками (5-6); – молчать о том, какие вещи есть дома (6-7); – не носить открыто сотовый телефон, ключ (6-7); 		
8	Различие «плохих и хороших» прикосновений	<ul style="list-style-type: none"> – протестовать в случае дискомфорта, говорит готовой фразой (3-4); – позволять физические ласки только членам семьи (3-4); – различать «плохие» (объятье крепкое и долгое, непрошенный поцелуй, щекотание после просьбы перестать, прикосновение к укромным местам) и «хорошие» (обнять, когда ребенок этого хочет, подержаться за руки, нежно поцеловать в щеку перед сном, покачать на руках малыша) прикосновения (4-5); – позволять физические ласки только членам семьи по желанию ребенка членам безопасной группы (6-7); – уклоняться от прикосновений «чужих» (6-7); 	3	10
9	Готовые фразы	<ul style="list-style-type: none"> – при «плохом» прикосновении: «Не трогай!» (3); – на любые предложения чужого: «Спрошу разрешения у мамы» (4-5); – при попытке чужого увести с собой: «Я вас не знаю!», «Помогите, чужой!» (4-5); – по телефону, когда дома один: «А вы кто? Мама в ванной, позвоните позже. До свидания», (5-6); – в случае новых звонков и попытки продолжить разговор: «Я кладу трубку» (5-6); – при попытке установить контакт: «Я спешу, меня ждет мама» (5-6); – при попытке завести разговор: «Я не разговариваю с чужими» (5-6); – при настойчивом приставании: «Ты чужой, я с тобой не пойду. Буду кричать, позову полицию» (5-6); – при обращении за помощью: «Помогите, там чужой» (5-6); – в туалете: «Мама, я уже иду» (6-7); – при звонке в дверь: «Папа вышел в подвал за картошкой» (6-7); – при входе в подъезд: «Мама, догоняй!» (7); – при преследовании около дома, глядя в окна: «Мама, я иду, открывай дверь, выпускай собаку, я с ней погуляю!» (7); – при попытке увести, или увезти насильно: выкрикивать свое имя, адрес, телефон (7) 	3	8
10	Сообщение о необычном	<ul style="list-style-type: none"> – сообщить воспитателю о незнакомом человеке на участке (4-5); – сообщение родителям о том, что старший ребенок или взрослый предлагает тебе странную игру (5-6); 	4	7

11	Доклад о передвижениях	– сообщать ответственному взрослому о каждом новом передвижении или действии (4);	4	7
12	Закрывай и запирай	– понимать, что дверь должна быть всегда закрытой (4-5); – пользоваться ручкой двери для закрывания (4-5); – не бежать к двери и не открывать ее раньше родителей(4-5); – открывать и закрывать дверь, пользуясь замком, задвижкой (6-7); – прежде чем открыть дверь и самостоятельно выйти на улицу, посмотреть в глазок (6-7):	4	7
13	Пользования телефоном	– не отвечать на звонки, когда дома один или рядом нет родителей (4); – набрать телефоны экстренных служб, родителей (5-6); – сказать краткой фразой, что ты дома не один (5-6); – прекратить разговор готовой фразой, не вступая в беседу (5-6); – не рассказывать любому позвонившему никакой информации о квартире, имуществе, и времени возвращения родителей (6-7); – позвонить по телефону соседям (6-7);	4	7
14	Никаких тайн от родителей	– понимать, что у детей и родителей должны быть общие тайны и секреты (4-5); – понимать, что «хорошие чужие» не будут уговаривать хранить тайну от родителей (5-6); – в случае угроз и запугивания немедленно рассказать родителям (5-6); – понимать, что угрозы «чужих» в этом случае ложные (7);	4	10
15	Безопасная полезная группа	– отличить по одежде человека помогающей профессии: полицейского, врача, военного, пожарного, охранника (5-6); – отличить человека на рабочем месте: продавец, кассир, аптекарь, группа людей, занятых одним делом (дорожные рабочие, бригада строителей), водитель служебной машины, водитель такси (5-6); – отличить машину со знаками отличия: «Скорая помощь», «Пожарная», «Полиция», такси, ремонтная (5-6); – в случае отсутствия людей в форме или на рабочем месте выбрать женщину с ребенком, бабушку, группу людей (5-6);	5	7
16	Доверенный список	– знать наизусть безопасный список людей, с которыми можно уйти из детского сада, которые могут присмотреть за ребенком в случае отсутствия родителей, к которым можно позвонить и обратиться за помощью (5-6); – уметь прочесть безопасный список, висящий в коридоре (6-7);	5	8

17	Обращение за помощью	<ul style="list-style-type: none"> – определить человека из безопасной группы(5-6); –подойти к человеку из безопасной группы(5-6); – попросить о помощи готовыми фразами(5-6); 	5	10
18	Если потерялся	<ul style="list-style-type: none"> – выйти на хорошо просматриваемое открытое место (лучше, где потерялся), ждать родителей, громко их звать, не уходить с этого места, назвать взрослым свое имя, телефон родителей (4-5); – выбрать человека из безопасной группы, обратиться к нему, назвать адрес, имя, телефон родителей (5-6); – в случае отказа одного человека из безопасной группы в помощи настойчиво обратиться к другому, назвать свое имя, попросить позвонить родителям (5-6); – не реагировать на предложения посторонних людей увести с места, где потерялся, или отвезти к родителям, отвечать готовой фразой (5-6); – вести себя в соответствии с местом, где потерялся (на улице обратиться к человеку из безопасной группы, зайти в безопасное место; в магазине обратиться к кассиру, охраннику, выбрать открытое место, лучше место, где потерялся, и ждать родителей; в парке обратиться к охраннику, вахтеру, кассиру, дежурному аттракционов, зайти в павильон, кафе; в транспорте обратиться к контролеру, водителю) (5-6); 	4	8
19	Кодовое слово – семейный пароль	<ul style="list-style-type: none"> – запомнить наизусть и пользоваться кодовым словом, известным только членам семьи – любая просьба или поручение от имени родителей должна сопровождаться этим словом (6-7); – хранить пароль в тайне (6-7); – соотносить безопасный список и пароль: помнить, сколько человек могут знать семейный пароль (7); 	6	10
20	Безопасный дом	<ul style="list-style-type: none"> – пользоваться глазком, чтобы удостовериться, что за дверью тот, кто стучит (5-6); – отвечать, что ты дома не один (5-6); – отвечать хором с друзьями, братьями, сестрами готовыми фразами (5-6); – позвать на помощь из квартиры в случае прямой опасности (постучать по батарее, кричать в окно, с балкона, позвонить родителям, соседям) и сказать об этом тому, кто пытается проникнуть в дом (5-6); – не поддаваться на просьбы, провокации, угрозы открыть дверь (5-6); – оставаться дома одному на краткое время (5-6); 	5	10
21	Безопасные места	<ul style="list-style-type: none"> – уметь находить на улице места для укрытия в случае опасности: учреждения, аптека, полиция, больница, школа, почта, сберкасса, магазин, пожарная часть (6-7); 	6	10

22	Кричать, бежать и рассказывать	<ul style="list-style-type: none"> – не растеряться, не испугаться в опасной ситуации (6-7); – действовать уверенно по отработанному сценарию: громко кричать готовыми фразами; бежать в другую сторону от движущейся машины; бежать в сторону людного места; применить любые активные способы защиты (врать, грубить, кусаться, лягаться, кричать); сразу рассказать о случившемся; при насильном уводе кричать свое имя, телефон родителей (6-7); 	6	10
23	Безопасное поведение в транспорте	<ul style="list-style-type: none"> – знать маршрут (6-7); – садиться ближе к водителю (6-7); – в случае нахождения одного в автомобиле не опускать стекло (6-7); – в случае нахождения одного в автомобиле, при опасности уметь нажать гудок (6-7); – в случае, если ребенок остался на остановке, а родитель уехал, ждать на остановке родителя, пока он вернется за ним (6-7); – в случае, если ребенок уехал, а родитель остался, выйти на следующей остановке и ждать родителя (6-7); 	6	10
24	Не ссорся	<ul style="list-style-type: none"> – не грубить (6-7); – объяснять причины отказа (6-7); – не дразнить (6-7); – при обращении использовать «Я-высказывание»: говорить «я» вместо «ты» (6-7); 	6	10
25	Поведение в туалете	<ul style="list-style-type: none"> – в общественном туалете не задерживаться (6-7); – не вступать в разговоры, не отвечать на вопросы (6-7); – громко сказать готовые фразы (6-7); – закрываться в кабинке (6-7); – вещи не класть на виду, вешать на крючок в кабинке (6-7); – в туалет в спортивных, учебных учреждениях входить на переменах, когда в нем кто-то есть (6-7); 	6	10
26	Безопасный маршрут	<ul style="list-style-type: none"> – соблюдать границы, установленные родителями для прогулки (6-7); – держаться в группе (6-7); – не поддаваться на уговоры и провокации старших детей, взрослых, сверстников пойти в незнакомое место (6-7); – держаться на безопасном расстоянии от проезжающих машин, идти навстречу движущемуся транспорту (6-7); – самостоятельно выбирать безопасный путь от места прогулки до квартиры (6-7); – вместе с сопровождающими выбирать безопасный путь от детского сада до дома 	6	10

		<p>(6-7);</p> <ul style="list-style-type: none">- выбрать благоприятные места для игры во дворе (6-7);- входить в подъезд с соседями, друзьями (6-7);- выбирать освещенные улицы, людные открытые места (6-7);- избегать сокращения пути по опасному месту, мимо подвалов, гаражей, кустов, сооружений (6-7);		
--	--	--	--	--