

# Беседы по ОБЖ для детей старшего дошкольного возраста

## Беседа №1 «Охрана безопасности жизнедеятельности детей во время проведения прогулок и экскурсий»

Беседа корректируется, учитывая время года

**Воспитатель:** Ребята, скоро мы пойдем на прогулку, давайте с вами вспомним правила поведения на участке детского сада во время прогулки.

**Воспитатель:** Ребята, скажите, с кем вы можете выходить на прогулку? (можно только с воспитателем или с помощником воспитателя).

**Воспитатель:** Как следует передвигаться по коридору и выходить в дверь? (спокойно, не торопясь и не толкаясь, быть доброжелательным и вежливым).

**Воспитатель:** Где вы должны играть? (на своём участке, чтобы видел воспитатель).

**Воспитатель:** Если вы увидели опасные и незнакомые предметы: стекло, грибы, пакеты, лекарства, шприцы, как вы поступите? (не будем их брать в руки это в руки и сообщим о находке воспитателю).

**Воспитатель:** Как следует кататься с горок, на качелях? (не толкаться, по очереди).

**Воспитатель:** Скажите, можно ли одним выходить за территорию детского сада? Почему?

(нет, потому что там могут подстеречь опасности: автомобили, чужие люди, собаки и др).

**Воспитатель:** Можно ли залезать на заборы, деревья, спрыгивать с них? (это опасно, можно упасть и получить травму (ранение)).

**Воспитатель:** У многих из вас, ребята, дома живут различные животные и вы, знаете, как с ними надо обращаться и что они любят. А можно ли трогать, брать на руки чужих или бродячих животных? (это опасно, потому что они могут быть больными, а некоторые животные кусаются без предупреждения).

**Воспитатель:** Ребята, как вы думаете, можно бегать со жвачкой или конфетой. Почему? (это опасно, случайно споткнувшись, можно подавиться, поранить себе горло или язык и даже задохнуться).

**Воспитатель:** Почему нельзя кидаться землей, песком? (можно попасть в глаза и человек может ослепнуть).

**Воспитатель:** Как вы поступите, если увидите насекомых? (не будем махать руками на насекомых и не будем их ловить, так как они могут ужалить).

**Воспитатель:** Ребята, молодцы, вы хорошо знаете все правила безопасного поведения на прогулке, теперь я уверена, что ваше здоровью ничего не угрожает!

## Беседа №2: «При передвижении детей внутри дошкольного учреждения»

- Ребята, какие помещения есть в детском саду, которые мы с вами иногда посещаем? (Коридор, музыкальный зал, физкультурный зал, медицинский кабинет и др.)

- Давайте с вами вспомним и повторим, как нужно себя вести, когда мы передвигаемся по детскому саду.

1. Когда идем по коридору, какое правило необходимо соблюдать? (Двигаться по коридорам надо спокойно, придерживаясь правой стороны коридора, чтобы не мешать тем, кто идет навстречу и всегда смотрим вперед, чтобы не натолкнуться на выступы);

2. А как мы спускаемся или поднимаемся по лестнице? (Спускаясь по лестнице, мы будем идти друг за другом спокойным шагом, не толкаясь, держась за перила. Ведь на лестнице можно споткнуться и упасть не только самому, но и задеть товарища);

3. И мы будем осторожно подходить к пересечению коридоров, потому что мы не видим, кто может выйти к нам из-за угла;

4. Никогда не будем открывать двери ногой, также не будем открывать их резко, так как с той стороны двери может находиться человек, и мы его можем поранить!

Ну и конечно мы все помним, что коридоры и лестница - не место для игр. И зная правила поведения, мы будем выполнять их, потому что баловство и невнимательность может привести к беде.

### **Беседа №3 «Правила поведения в музыкальном зале»**

- В нашем детском саду мы часто посещаем музыкальный зал. Когда мы приходим в музыкальный зал, там всё приготовлено для проведения музыкального занятия.

Для того, чтобы мы могли свободно двигаться во время исполнения упражнений, танцев, игр необходима соответствующая обувь. Поэтому перед началом занятия мы переобуваемся – одеваем чешки.

Мы с вами культурные и воспитанные ребята, поэтому когда будем подниматься в музыкальный зал при встрече со взрослыми не забудем поздороваться.

На занятии очень внимательно слушаем, что говорит музыкальный руководитель.

Если мы знакомимся с новой песней, будем сидеть правильно (ножки вместе, руки на коленках, с ровной спинкой), тихо, не отвлекаться и внимательно слушать музыку, песню. Сидя на стульчике раскачиваться на нём нельзя, так как можно упасть, и в результате ушибешься сам и ушибешь товарища, а также вытягивать вперёд ноги, чтобы другие дети не споткнулись.

Во время танцев стараемся не наступать на ноги и не толкаемся, не дергаем соседа или партнера за одежду.

Во время проведения подвижных музыкальных игр соблюдаем правила игры.

При обращении друг к другу, к воспитателю, к музыкальному руководителю пользоваться словами вежливости (называем взрослого на «Вы» и по имени отчеству).

Не следует перебивать музыкального руководителя без необходимости отвлекать других детей, издавать громкие звуки и вставать со стула.

Мы не будем без разрешения брать и трогать музыкальные инструменты, атрибуты, предметы, чтобы преподаватель и другие ребята не отвлекались.

Если вдруг мы почувствовали себя плохо или захотели в туалет – сообщите это взрослому. Уходим из зала только в сопровождении воспитателя или музыкального руководителя.

\*В нашем саду есть чудесное место, где живет музыка, танец и песня!

Там дети играют, танцуют, поют, все на занятия дружно идут!

\* Здесь артисты выступают, представления дают,

Музыкальные занятия, праздники проходят тут.

\* В зал ты опрятным всегда приходи. И за осанкой все время следи!

В ровную линию быстро вставай, дружно приветствие петь начинай!

\* Не болтай и не шуми, музыку ты не спугни!

Слушай, слушай, различай! Чувство ритма развивай.

\*Если будешь песню петь, не сиди ты, как медведь!

Спинку выпрями скорей, ноги в пол упри смелей!

\* Раз! Вдох! И запел! Птицей звук полетел!  
Руки, плечи - все свободно, петть приятно и удобно!

\*Если будешь танцевать, надо в круг скорее встать.  
Раз-два-три – соберись, на цветочки становись!

\*Не толкайся, не кричи, вежливо себя веди,  
Себе пару выбирай, с поклона танец начинай!

#### **Беседа №4 «Правила поведения в физкультурном зале»**

Занятия по физкультуре способствуют укреплению и сохранению вашего здоровья. Вы становитесь сильными, ловкими, выносливыми. Занятия физическими упражнениями улучшают настроение. Но чтобы занятия принесли пользу, надо соблюдать определенные правила передвижения и поведения в спортивном зале.

Воспитатель: - На занятие по физкультуре в спортивный зал надо приходить в спортивной форме. Скажите, какой должна быть форма?

Дети: - футболка, спортивные брюки или шорты и спортивная обувь - кеды или кроссовки.

Воспитатель: - правильно, форма должна быть удобной и безопасной. А теперь давайте вспомним и повторим правила поведения в физкультурном зале.

В зал можно входить только с воспитателем или преподавателем физкультуры.

При построении каждый быстро находит место и встает за ведущим, которого назначил преподаватель.

Во время ходьбы и бега мы не трогаем посторонние предметы, не цепляемся за стенку, не наступаем на скамью и другое оборудование. Обязательно соблюдаем дистанцию, иначе можно толкнуть или наступить на ноги впереди стоящему.

Инвентарь для выполнения упражнений берем только с разрешения инструктора.

Внимательно слушаем задание, смотрим, как правильно его выполнять и приступаем к выполнению по команде. Неправильно выполненное упражнение может повредить твоему здоровью и привести к травме. Выполняем лазанье по гимнастической лестнице с правильным хватом (большой палец снизу, четыре пальца снизу), только по команде и с рядом стоящим взрослым для страховки.

Выполняем упражнения с предметами (палками, лентами, обручами и т.д.) осторожно, соблюдая интервал, чтобы не ударить или не попасть в глаза рядом стоящим.

Метание предметов выполняем только по команде, убедившись, что никого нет, чтобы не получить ушиб или синяк.

Для упражнения со скакалкой нужно много места – встаем так, чтобы никому не мешать и не задевать скакалкой других.

На физкультурном занятии – не балуемся – это опасно для здоровья.

Соблюдаем правила подвижной игры, правила вежливости к товарищам.

После выполнения упражнений помогаем убрать инвентарь на место.

Если ты почувствовал себя плохо – обязательно скажи взрослому – он поможет.

Все, что повторил сегодня, нужно строго соблюдать.

И тогда тебе не сложно будет в спорте побеждать!

## **Беседа №5 «Правила поведения на занятиях по ручному труду, аппликации и лепке.**

- Занятия по труду, рисованию и лепке очень полезны и интересны, но требуют соблюдения определенных правил безопасности.

Давайте вспомним о полезных и опасных свойствах предмета, с которым будем заниматься.

- Для чего нужен?

- Когда невозможно обойтись без этого предмета?

- Чем он может быть опасен, и что делать, чтобы предотвратить травму или опасную ситуацию?

- Как правильно им пользоваться? (Педагог называет предмет, а дети отвечают)

А теперь повторим ПРАВИЛА:

1. Приступая к занятию, мы проверим безопасность своего рабочего места, любой предмет должен быть расположен на столе так, что бы им удобно было пользоваться и безопасно для себя и других.

2. Помним, что с ножницами, кисточками, клеем по группе мы не ходим, не размахиваем в разные стороны, не задеваем других детей.

3. После того, как мы закончили вырезать, красить или клеить, ненужные предметы ставим в специальный стаканчик или убираем в коробку.

4. Все знают, что клей и краска содержат ядовитые и вредные для организма вещества, поэтому чтобы не навредить своему здоровью, мы не пробуем их на вкус.

5. После работы с клеем и красками сразу моем руки с мылом.

Во время работы с ножницами:

1. Ложить нужно ножницы справа от себя с сомкнутыми лезвиями, в направлении от себя.

2. Если нужно передать ножницы товарищу, то передаем их колечками вперед и сомкнутыми лезвиями.

3. Следим, чтобы ножницы не находились под изделиями, так как они могут упасть поранить тебя или соседа.

Выполняем свою работу спокойно, не отвлекаясь!

Подвести детей к мысли, что, если подчиняться правилам безопасности при использовании этих опасных предметов, они приносят много радости и пользы.

## **Беседа №6 «По технике безопасности во время игр с мячом»**

- Ребята, послушайте, пожалуйста, названия игр: футбол, волейбол, гандбол, баскетбол, мотобол. Что общего в этих названиях? (Ответы детей.)

- А вы знаете, что обозначает слово «бол»? Правильно, мяч. Мяч — одна из самых древних и любимых игрушек всех стран и народов. Вероятно и вы, выйдя на площадку, захотите поиграть с мячом. Но сперва посмотрим на свою обувь — если она без каблуков, нетяжелая, прочная (чтобы в случае удара по ноге она не причинила боль) — то вы можете спокойно играть с мячом.

- Для начала мы должны выбрать место для игры, осмотреть все вокруг, чтобы ничто не мешало и постараться играть так, чтобы не мешать другим.

- Почему нельзя сидеть на мяче, прокалывать его. Это испортит мяч.

- От игры с мячом могут случаться и неприятности, если забыть правила безопасности.

Как приучить мяч быть послушным? — Нужно соблюдать правила.

- Давайте вспомним и повторим правила игр с мячом:

- не бросать мяч в голову играющих;

- будем следить за перемещением игроков и мяча на площадке;

- не будем мешать овладеть мячом игроку, который находился ближе к нему;

- не вырываем мяч у игрока, который первым его поймал;
- не падаем и не ложимся на землю с целью увернуться от мяча;
- ловим мяч захватом двумя руками снизу;

И атакуя и защищаясь, будем играть смело, **но осторожно**. Следим за тем, чтобы не столкнуться с противником, не толкаем его, не бьем по рукам. Помним: он — твой товарищ.

Играть будем честно, дружно, соблюдая установленные правила. Никогда не сердитесь, если в игре вас нечаянно толкнули или наступили на ногу. Не горячитесь! Проявляйте больше выдержки и смекалки. Играйте смело, с инициативой, согласуя действия с товарищами. Помните о законе всех игр: «Один за всех, и все - за одного».

Сколько радости принесёт вам мяч! Если вы хотите, чтобы он вас слушался, играйте с ним - бросайте, ведите, передавайте его – но помните о правилах безопасности. Сколько радости тогда принесёт вам мяч!

### **Беседа №7 «Правила поведения во время приема пищи»**

Правила поведения во время еды, как и все другие, не выдуманы из головы.

Каждое правило имеет свой смысл.

Одни правила основаны на уважении к соседям по столу, другие на уважении к хозяевам. Может быть, когда-то в далекие времена, все было проще и удобнее - из большого общего котла люди брали куски баранины, зубами отдирали мясо от костей, так что жир стекал до локтей. Рядом валялись кости и объедки. Так выглядел обед. Но за те несколько десятков веков, которые отделяют нас от первобытного человека, кое-что изменилось, не правда ли? Люди отошли от подобных обычаев.

Вы, конечно, давно уже умеете пользоваться вилкой, салфеткой и на дикарей не похожи, но, тем не менее, вам нередко приходится еще слушать замечания:

**«Убери локти со стола»!**

**«Возьми правильно нож»!**

**«Доешь все, что на тарелке»!**

Наверное, в душе вы думали не раз, что взрослые просто к вам придираются.

Ну не все ли равно, как человек ест! Нет, не все равно! Существуют строгие правила поведения во время еды. Сейчас мы разберем ситуации, которые могут возникнуть во время приема пищи.

**1.** Что делать, если при всей осторожности во рту окажется нечто несъедобное: рыбья или мясная кость, жилка или косточка?

**Ответ:** Самый лучший выход, хоть это и не очень красиво, - поднести ко рту вилку или ложку и губами аккуратно положить на них кость или жилистый кусочек мяса, а затем пристроить это на краю тарелки. Плеваться за столом, как бы осторожно это ни делалось, недопустимо.

**2.** Гости сидели за столом, и пили чай с вареньем. Среди них был мальчик, который пришел в этот дом в первый раз и чувствовал себя очень неловко. Ему казалось, что все смотрят только на него, и он не знал, куда деть руки. Краснея под взглядами других гостей, он машинально играл стеклянной ложечкой для варенья. И тут случилось непоправимое. Нечаянно он сильно ударил ложечкой о край вазы, и хрустальная ложечка сломалась пополам.

**Ответ:** Если гость совершил какую-нибудь неловкость, не подавай виду, что заметил это. Англичане говорят: «Подлинное воспитание не в том, чтобы самому не делать ошибок, а в том, чтобы не замечать, когда их делают другие».

3. Вас позвали за стол, на котором уже стоят тарелки с манной кашей. Все берется за ложки. - Фу! - вдруг, громко говорит Слава. - Какая противная каша. Сами ешьте эту гадость, а я не буду!

**Ответ:** Правила поведения и речи запрещают за общим столом плохо говорить о еде, критиковать блюдо и говорить, что, по-твоему, оно невкусное, чтобы не портить аппетит другим. Самое главное – нельзя быть неблагодарным по отношению к тем, кто нас кормит, о нас заботится.

4. Можно ли разговаривать за столом?

**Ответ:** Совершенно необязательно сохранять во время еды мертвую тишину, но разговаривать можно только с пустым ртом. Сначала проглоти, потом говори, И лишь после этого принимайся за следующий кусок.

5. Маша чавкает, сопит, тянет в себя пищу вместе с воздухом, шмыгает носом.

**Ответ:** Есть надо абсолютно беззвучно. Жуй и глотай так, чтобы никто ничего не слышал! Никакого чавканья! Никакого сопения! Никаких звуков! Не хлебать! Не тянуть в себя пищу вместе с воздухом! Не шмыгать носом! (Ответы детей комментируем, направляем, добавляем.)

#### **«Как вести себя за столом»**

Правила этикета не разрешают есть руками – для этого существуют столовые приборы: ложка, вилка, нож, чайная ложка, чтобы не обжечься. (Если беседа проводится впервые, то познакомить детей с историей столовых приборов и их предназначением).

Если будете размахивать руками, в которых находятся столовые приборы, то это может привести к травмам как у самого себя, так и у окружающих.

Острые концы вилки должны быть повернуты к тарелке, чтобы не уколоть себя или соседа. Нужно помнить: вилка – самый опасный предмет, так что нельзя поднимать вилку выше носа, чтобы не уколоться.

Еду накалывать на вилку понемногу, во время приема пищи не торопиться, есть осторожно, не засовывать вилку глубоко в рот, чтобы не поранить горло и не подавиться.

Не ковырять вилкой в зубах, носу и ушах.

Во время еды тарелка с первым или вторым блюдами должна находиться на расстоянии от края, т.к. тарелка может упасть на колени и обжечь. Не двигай тарелку с едой, т.к. можно расплескать еду и обжечь себя или соседа.

Чашку с питьем держать за ручку и пить маленькими глотками, чтобы не подавиться.

Чашкой нельзя размахивать, бросать ее, т.к. она может разбиться и поранить тебя или товарища.

Если разбилась посуда, осколки не трогай, их уберут взрослые. Острые края осколков могут поранить.

#### **Беседа № 8 «Правила поведения в умывальной комнате»**

- Ребята, давайте перечислим с вами, какие помещения есть в нашей группе? (коридор, сама группа, моечная, умывальная комната и туалет)

- И в каждом помещении мы с вами соблюдаем определенные правила. Давайте их вспомним и объясним, для чего мы их соблюдаем.

Туалетная комната

- В туалет мы заходим не все вместе, а по очереди. Почему? (ответы)

- Пользуемся унитазом по необходимости. Туалетную бумагу отрываем аккуратно, по срезу. Использованную бумагу бросаем в унитаз. Спускаем воду за собой легким нажатием спускового устройства.

- После посещения туалета обязательно моем руки с мылом (выслушать объяснения детей, при необходимости дополнить).

## Умывальная комната

-Возле одной раковины для умывания стоим по одному. А теперь давайте расскажем, как правильно мыть руки (во время рассказа можно вместе с детьми делать зарисовки последовательности действий)

- Закатать рукава одежды. Сначала смочить руки водой - проверить температуру воды, попросить взрослого исправить, если вода слишком холодная или горячая.

Намылить руки мылом тщательно, по щиколотку, между пальцами. Если грязь не смылась, заново намылить руки и потереть щеточкой. Положить мыло в мыльницу, сполоснуть щетку - положить все на место. Аккуратно стряхнуть лишнюю воду с рук над раковиной. Закрыть кран с водой. Подойти к личному полотенцу для рук, снять его с крючка, расправить на руках и тщательно вытереть об него руки. Повесить полотенце на место.

Мытьё лица. Вымыть руки с мылом. Намылить руки мылом и круговыми движениями намылить лицо, глаза зажмурить. Смыть мыло с лица, набирая воду в ладошки, сложенные "ковшичком", несколько раз. Если лицо очень грязное, вымыть его с мылом еще раз, не допуская попадания мыла в глаза. Отжать руки. Вытереть тщательно лицо и руки расправленным полотенцем.

Если мыло попало в глаза, не бояться, не плакать, не теряться - постараться вымыть его из глаз большим количеством воды. Если жжение в глазах не прекратится, обратиться за помощью к взрослому.

После мытья лица и рук – использовать полотенце.

Посмотреться в зеркало. Если необходимо - причесаться, используя только свою расческу. Поправить одежду.

-Скажите, а чего нельзя делать в туалете и умывальной комнате?

Бегать, прыгать, брызгаться водой, трогать уборочный инвентарь, бросать мелкие предметы и игрушки в унитаз и доставать их оттуда; виснуть на перегородках между унитазами, забираться на подоконник; самостоятельно включать душ, пить воду из под крана.

-Молодцы, ребята. Вы все правильно рассказали. Я надеюсь, что каждый из вас соблюдает эти правила.

## **Беседа №9 «Правила поведения во время подготовки ко сну».**

Сон – обязательная часть человеческой жизни. Как бы мы ни хотели, нам необходимо спать и отдыхать, чтобы набираться сил. Правильный сон – залог здоровья, хорошего самочувствия и отличного внешнего вида. Для того, чтобы мы хорошо отдохнули и сон был удобным, комфортным, необходимо знать правила поведения перед сном.

Перед сном необходимо сходить в туалет и помыться.

Не держать во рту, в руках или карманах пижам конфеты, косточки от компота, мелкие игрушки, детали от мозаик и пр.

Стульчики ставим только в разрешенном месте, рядом друг с другом, чтобы не загораживать проходы.

Во время раздевания перед сном и одевания не бегаем между кроватями, не размахиваем одеждой, одеялом, не бросаемся подушками.

Аккуратно складываем одежду на стульчики, а обувь под стульчики. Спокойно укладываемся в свою кровать и закрываемся одеялом.

## **Беседа № 10. «Правила поведения во время занятий».**

Воспитатель. Ребята скажите, как называется наша группа?

Ответы детей. (Подготовительная, старшая группа.)

Воспитатель. Значит, мы с вами уже сосем большие, скоро пойдем школу, а сейчас готовимся к школе.

У нас в детском саду каждый день бывают занятия. Что мы с вами делаем на занятиях? Ответы детей. (Рисуем, учим стихи, и т. д.)

Воспитатель. Правильно на занятиях вы учитесь считать, рисовать, рассказывать.

Теперь вы знаете много сказок, стихотворений, умеете считать, рисовать красивые узоры. Всему этому вы научились на занятиях. Значит, занятия помогли вам узнать много нового и интересного.

В школе все дети ходят на уроки. Когда вы пойдете в школу, учительница на уроках тоже будет учить вас считать, писать и читать. Она будет рассказывать вам о нашей стране, о родной природе, и о многом другом.

- Ребята, а теперь подумайте и скажите: как надо заниматься, чтобы запомнить все то, что я вам рассказываю и показываю на занятиях? (Ответы детей).

Воспитатель. Правильно, вы говорили о том, что надо **внимательно** слушать задание, рассказ, рассматривать картину. Почему вы думаете так важно быть внимательными? Ответы детей. (Чтобы правильно выполнить задание. Чтобы ничего не забыть.)

Воспитатель: Если кто-то из ребят невнимательно слушает объяснение, отвлекается, он и сам не выполнит задание, и товарищам помешает.

Но надо быть не только внимательными, но и надо стараться. Только тогда, когда задание выполняют аккуратно, старательно, не спеша, результат получается хорошим.

И на занятиях мы с вами соблюдаем определенные правила:

- Не раскачиваемся на стуле;
- Не размахиваем кисточкой, карандашом;
- Не берем в рот пластилин, фломастеры, карандаши, кисточки;
- Не ходим с карандашами, фломастерами, ножницами по группе;
- Сохраняем осанку.

### **Беседа № 11. «Правила поведения во время игр»**

Воспитатель: - Вам нравится наша группа? А чем вы любите больше всего заниматься группе? (играть, заниматься и т.д.) Ребята, но если быть неосторожным, то здесь с кем-то из вас может случиться беда. Давайте

вместе с вами подумаем, какая же беда может случиться?

- В нашей группе много окон. Они сделаны из стекла, а стекло очень хрупкий материал.

Если попасть в него мячом или кубиком, оно разобьется. С ним нужно быть осторожным.

- Ребята, а в нашей группе еще есть предметы из стекла? (лампочки, ваза, очки у ребенка и воспитателя, посуда и т. д.)

- Все стеклянные предметы таят в себе опасность для здоровья человека! Они бьются и стеклом можно поранить свое тело. Запомните это, ребята, и будьте со стеклом всегда осторожны.

- Ребята, как вы думаете, а деревянные предметы могут быть опасными?

- Какие деревянные предметы есть в нашей группе? (Стол, стул, дверь, рама, шкаф и т. д.).

- Деревянные предметы не бьются, они твердые. (Дети с воспитателем ощупывают руками деревянные предметы). Из-за того, что они очень твердые, эти предметы могут быть очень опасными для человека.

- Представьте себе, что кто-то из вас очень быстро побежал, а на пути его стоит твердый деревянный стол. Что может случиться? (Ребенок ударится, набьет шишку, сломает руку или ногу, поранится до крови.)

- А двери могут быть опасными вот в какой ситуации. (Воспитатель проводит опыт: подкладывает карандаш в то место, где крепятся петли и резко закрывает дверь - карандаш ломается).
- Ребята, никогда не беритесь рукой за это место на двери, потому что это очень опасно. Что может произойти?
- А теперь покажите мне, где еще у нас в группе опасные двери? (Дети показывают двери в раздевалке, умывальной, в шкафах и т. д.)
- Еще одна опасность подстерегает детей на высоте. Подумайте, что может случиться с ребенком? А как может случиться, что вы окажетесь на высоте? (Если залезть на стол, на стул, на шкаф.) Следует ли залезать на эти предметы?
- Сейчас у вас есть свободное время поиграть, и я хочу с вами повторить правила поведения во время игр:
- При проведении подвижных игр в группе используем только ту территорию, которую определил воспитатель; не толкаемся, не кричим, не мешаем в игре другим детям выполнять правила игры;
- атрибуты сюжетно-ролевых игр: ножницы, расчески, мячи и др. используем только по назначению;
- Не бросаемся игрушками, кубиками, не толкаем друг друга, стараемся избегать конфликтов. В случае необходимости – обращаемся к воспитателю.
- Настольно-печатные игры после использования убираем в коробки и относим на место.
- Во время игр ни в коем случае не встаем на стулья и столы, не ползаем под столами.
- При обнаружении сломанной или треснувшей игрушки или детали отдаем ее воспитателю.
- Не берем в рот детали от конструкторов и т.д. - вы можете нечаянно проглотить их и подавиться! Если кто из детей заметил подобное, обязательно скажите воспитателю.
- Не разрешается терять, бросать, брать домой мелкие детали конструкторов, чтобы сохранить игру в целостности.
- Очень опасно бегать по группе: острые углы мебели могут стать причиной травмы, столкнувшись с другим ребенком можно получить сильный ушиб!
- По окончании игр, наводим порядок – все убираем на свои места. Разбросанные игрушки могут послужить причиной падения, ушиба. Порядок в группе не только для чистоты, но и для безопасности!

### **Беседа № 12 «Правила поведения во время одевания и раздевания на прогулку»**

- Ребята, перед тем, как пойдем одеваться на прогулку, мы с вами проверим порядок в группе и повторим правила поведения в раздевалке.
- Во время одевания нужно быть внимательным.
- Самостоятельно одеваемся в следующей последовательности:
- Колготки/Носки
- Брюки/рейтузы
- Обувь
- Свитер или кофта
- Головной убор
- Пальто или куртка
- Шарф
- Перчатки/варежки
- Одеваемся спокойно, не разбрасываем одежду, достаем ее из шкафчика по мере надобности.
- Во время одевания не толкаем друг друга, не дергаем за шарф.
- Не забираемся, не закрываемся в шкафчике.

В карманах одежды не должно быть никаких посторонних предметов.

В случае даже незначительного ранения, ссадины, ушиба немедленно обращаемся к воспитателю.

### **Беседа № 13 «Правила поведения во время выхода на прогулку и возвращения с нее»**

- Сейчас мы с вами пойдем на прогулку, давайте вспомним правила выхода на улицу.

- Тот, кто оделся – подходит к двери и ждет свою пару. Когда все будете готовы, строимся в колонну по два человека, каждая пара берет за руки.

- В руках не должно быть никаких предметов или игрушек (все это находится у воспитателя).

- При выходе на прогулку мы:

Соблюдаем дистанцию между парами,

Идем спокойным шагом,

Не толкаем впереди идущих товарищей,

Не дергаем их за одежду,

Не ставим подножки,

Не прыгаем,

Не задерживаем движение (при необходимости остановиться – предупреждаем воспитателя),

Во время движения слушаем и наблюдаем за воспитателем,

При спуске по лестнице держимся за перила,

Придерживаем дверь руками, не закрываем её перед сзади идущими. При открывании или закрытии дверей будь осторожен! Не подставляй пальцы, не хлопай дверь - придерживай её.

Не спрыгиваем со ступенек, не виснем на перилах и не скатываемся по ним.

Наступаем на каждую ступеньку.

В случае затруднений со спуском обратиться за помощью к воспитателю.

Организованно следуем за воспитателем до площадки своей группы.

#### **Возвращение с прогулки.**

До возвращения с прогулки помогаем воспитателю собрать игрушки и строимся в колонну по двое.

При движении - соблюдаем правила, предусмотренные п.1.

В карманах одежды не должно быть никаких посторонних предметов.

В случае даже незначительного ранения, ссадины, ушиба немедленно обращаемся к воспитателю.

При ходьбе по лестнице держимся за перила.

При открывании или закрытии дверей будь осторожен! Не подставляй пальцы, не хлопай дверь - придерживай её.

### **Беседа № 14 «Правила безопасности выполнения упражнений на мини-батуте»**

-Ребята, сегодня на физкультурном занятии, вы будете выполнять упражнения на батуте. Техника безопасности на батуте представляет собой целый свод правил и рекомендаций. Каждый, кто будет заниматься на батуте, должен знать правила «на зубок», чтобы обезопасить себя, не подвергать свое здоровье лишней опасности.

Самыми уязвимыми частями тела при занятиях на батуте являются: шея, лицо, руки и ноги. Если неправильно прыгать на снаряде, можно получить растяжение связок, мышц, переломы и трещины. Иногда, при падении на острые выступы, возможны ссадины и ушибы.

Перед заходом на батут, снимаем очки, обувь. В карманах ничего не должно быть.

Не толкаемся и не цепляемся друг за друга.

Все упражнения выполняем по команде преподавателя.

На батуте одновременно может находиться только один человек.

При прыжках следует держаться центра батута. Не выполняем упражнения на краю батута.

Не спрыгиваем с батута на пол, необходимо осторожно спуститься.

Не забираемся и не сидим под батутом, тем самым, мешая окружающим заниматься и создавая дополнительно угрозу причинения вреда своему здоровью и здоровью окружающих.

Не перепрыгиваем на батут с иной поверхности .

Не портим составляющие детали батута.

### **Беседа № 15 «Правила безопасности выполнения упражнений с использованием гимнастической скамьи»**

- Все вы видели в физкультурном зале гимнастическую скамью. А для чего она нужна? (ответы и рассуждения детей)

- Правильно, на занятии она может быть и опорой, и препятствием, и этапом эстафеты, и местом для отдыха. С её помощью у нас развивается ловкость, смелость, координация, выносливость, равновесие.

- Ребята, а мы должны соблюдать правила безопасности, когда выполняем какие – либо упражнения на скамейке? (Да, иначе можно навредить себе или товарищу).

- Правильно, давайте вспомним и повторим их.

- Выполняем упражнения только предложенные преподавателем, по команде и со страховкой;

- не кричим и громко не разговариваем;

- не перебегаем от одного места к другому;

- при выполнении прыжков и соскоков приземляемся мягко, на носки, пружинисто приседая;

- следим за правильностью отталкивания от скамейки во время спрыгивания, чтобы удачно приземлиться;

- переходим от снаряда к снаряду организованно, по общей команде, способом, который укажет преподаватель;

- не стоим близко к снаряду при выполнении упражнения другим ребятами, не отвлекаем и не мешаем ему;

- при постановке ног следим, чтобы ноги на скамье располагались по центру.

- не стоим в зоне приземления или возможного падения того, кто выполняет упражнение;

- выполняем задание по очереди, ждем, когда идущий перед вами освободит зону выполнения упражнения;

- при ползании по гимнастической скамейке следим за постановкой рук (обхватываем ее с боку так, чтобы большой палец был сверху, а остальные пальцы под скамейкой);

- если упражнение нужно выполнить в паре - будем внимательными к своему товарищу, а так же к самому себе с целью избежания травм;

- если выполняем упражнение в группе – соблюдаем дистанцию и интервалы, чтобы не столкнуться;

- по команде преподавателя – заканчиваем выполнять упражнения.

### **Беседа № 16 «Правила безопасности при выполнении упражнений на фитболе»**

(На первых занятиях загадаем загадку, на последующих предлагаем детям самим прочитать)

- Ребята, отгадайте загадку:

У меня большой есть мячик, этот мячик сам не скачет,

Но зато могу на нем долго прыгать я верхом (фитбольный мяч).

- Правильно, это большой фитбольный мяч, и сегодня мы с вами вспомним, как нужно заниматься с ним, чтобы с нами не произошло никаких неприятностей. Ведь если не соблюдать определенные правила, то пользы от упражнений никаких не будет, а наоборот, можем навредить своему здоровью.

- Одеваем физкультурную форму - удобную одежду, чтобы она не мешала движениям, и нескользкую обувь.

- Начинаем выполнение упражнений и заканчиваем их только по команде преподавателя.

- По команде садимся на мяч и следим за посадкой – голова приподнята, плечи опущены и разведены, ровное положение позвоночника, подтянутый живот, руки опущены вниз, пальцы придерживают мяч.

- Избегаем быстрых и резких движений.

- При выполнении упражнений лёжа на мяче, не задерживаем дыхание.

- При выполнении упражнений мяч не должен двигаться.

- Следим за техникой выполнения упражнений, как учил преподаватель (держим равновесие, напрягаем все мышцы, чтобы не упасть с мяча), соблюдаем приёмы самостраховки.

- Мячи для прыжков имеют ручки, поэтому обязательно правильно берем мяч, чтобы ручкой при выполнении упражнения не попасть в глаз или в другую часть тела.

- Во время упражнений не задерживаем дыхание, стараемся дышать ровно

- Соблюдаем дисциплину, строго выполняем правила использования мячей.

### **Беседа № 17 « Правила безопасного обращения с дверью»**

- Ребята, давайте вспомним и повторим правила обращения с дверью.

Дверь открывать нужно осторожно, не открывай их резко, т.к. с той стороны двери может находиться человек, и ты его поранишь!

Убедись, что за дверью никого нет.

Закрывай дверь медленно, внимательно.

Посмотри, нет ли рядом детей, не грозит ли опасность прижать кому-либо руку (пальцы).

Не засовывай пальцы в дверные проемы. Давайте посмотрим, что может случиться. Нам понадобится карандаш – это будет наш пальчик. Нужно вставить карандаш в проем, между дверью и косяком, и закрыть дверь. (Раздастся хруст, карандаш сломан). И то же может, случится с вашим пальчиком, если вы будете неосторожны, когда подходите к двери.

Не открывай двери ногой, так как с той стороны двери может кто-то стоять и ты его поранишь!

Ой, ребята, верь, не верь, от меня сбежала дверь.

-Прощай,- сказала,- дорогой, ты открывал меня ногой!

-Конечно, дверь от нас не сбежит, но чтобы никому не сделать больно, открывать дверь мы будем всегда только за ручку.

-Я думаю, что все помнят и выполняют эти простые правила.