

# ТЕЛО РЕБЕНКА И НАВЫКИ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ



НАЗВАНИЕ ЧАСТЕЙ  
ТЕЛА ЧЕЛОВЕКА



ПРАВИЛО  
ПРИКОСНОВЕНИЯ



ПРАВИЛО  
КУПАЛЬНИКА



ПРАВИЛО  
ТРЕХ ШАГОВ

## Что ребенку нужно знать?

- Расскажите ребенку обо всех частях человеческого тела
- Научите ребенка называть различные части тела
- Объясните ребенку, что гадости про чужое тело говорить нельзя, это причиняет боль и очень неприятно
- Познакомьте ребенка с устройством человеческого тела разными способами – с помощью картинок, игр и игрушек, рисования

### Объясните ребенку, что:

- Прикосновения могут быть разными
- Прикоснуться к другому человеку можно только тогда, когда тот считает это допустимым и ему это приятно
- Прикосновения не должны создавать неприятных физических ощущений, от которых становится больно, страшно или начинаешь злиться
- Каждый сам лучше всего знает, как он ощущает прикосновение и хочет ли он, чтобы до него дотрагивались
- Из приятного прикосновения не нужно делать тайны, оно создает чувство безопасности и хорошее настроение

- Познакомьте ребенка с «Правилом купальника» разными способами – с помощью картинок, игр и игрушек, рисования

### Объясните ребенку, что:

- Части тела, прикрытые купальником или плавками, принадлежат только ему и у него есть право решать, кто может их видеть
- Никто не должен дотрагиваться до частей тела, прикрытых купальником, рассматривать или обсуждать их без разрешения ребенка

- Познакомьте ребенка с «Правилом трех шагов» разными способами – с помощью картинок, игр и игрушек, рисования
- Объясните ребенку, что если ситуация или чье-то прикосновение вызывают неприятные чувства, то надо:

1. Сказать «НЕТ»
2. Уйти
3. Рассказать надежному взрослому, которому доверяешь

## Что ребенку нужно уметь?

- Ребенок понимает, что обо всех частях тела можно говорить со взрослыми и с другими детьми
- Ребенок умеет пользоваться подходящими и уместными названиями разных частей тела

- Ребенок усвоил, что прежде чем дотронуться до другого, нужно спросить разрешения
- Ребенок умеет различать свои ощущения от прикосновений
- Ребенок умеет сказать «нет», если прикосновение нежелательно, неприятно ему
- Ребенок подчиняется, если другой ребенок говорит «нет» и не дает себя трогать

- Ребенок понимает, что другой ребенок может рассматривать или изучать интимные части его тела, только если они оба считают, что это допустимо и не вызывает неприятных ощущений
- Ребенок усвоил «правило купальника» и умеет сказать «нет», если кто-то его нарушает

- Ребенок умеет себя вести в пугающей или неприятной ситуации
- Ребенок способен разобраться, что чье-либо прикосновение или близость ему неприятны, и отказаться от такого общения
- Ребенок умеет обращаться за помощью к надежным взрослым

## Каким должно быть отношение ребенка к своему и чужому телу?

- Не бывает хороших и плохих частей тела, хороших или плохих человеческих тел
- У разных людей тела отличаются и это нормально

- У ребенка есть право решать, кто может дотрагиваться до его тела
- У каждого человека есть право распоряжаться собственным телом и это право всегда нужно уважать

- Некоторые части тела – особенные, они интимные и очень важные
- Их можно и нужно оберегать
- В интимных частях тела нет ничего плохого, просто их не показывают всем подряд

- Ребенок имеет право на самозащиту
- Ребенок может и должен обращаться к надежному взрослому за помощью
- Если ситуация вызвала неприятные ощущения у ребенка, ему нужно рассказать об этом надежному взрослому