

ПЕРЕДМОВА

*Безпеки життя й охорона здоров'я –
Це те, що важливо для всіх.
То ж будемо разом ми норми вивчати
І радісним стане навколишній світ!*

***Шановні дорослі, батьки й педагоги,
всі, хто причетний до виховання маленьких громадян
нашої держави!***

Ви тримаєте в руках нову книжку “Барвисте життя”. Це – хрестоматія для читання дітям дошкільного віку. Вона підготовлена як методичний супровід в рамках парціальної (тематичної) програми з основ здоров'я і безпеки життєдіяльності дітей дошкільного віку “Про себе треба знати, про себе треба дбати” (автор Л. В. Лохвицька) [29]. Тобто хрестоматійний матеріал забезпечує змістом розроблену програму та її реалізацію і має на меті розширити і удосконалити знання дошкільників про власне здоров'я та безпечне поведіння в довкіллі. Передбачаємо, що ознайомлення дітей з творами художньої літератури формуватиме в них валеологічний світогляд, розуміння необхідності дотримання правил безпеки і мотивацію до здорового способу життя.

Чому книжка має назву “Барвисте життя”? Вона вміщує літературні твори за сімома розділами програми “Про себе треба знати, про себе треба дбати”: “Власне тіло я вивчаю і його оберігаю”, “З чистотою назавжди буду я рости”, “Хворобам запобігаю і здоров'я маю”, “Сонце, повітря, вода – супутники мого життя”, “Здоров'я плекати допомагають мама й тато”, “Вдома і в садку за розпорядком я живу”, “Я в гармонії зростаю й небезпеки уникаю”, які символізують основні барви щасливого життя у добродушному здоров'ї та благополуччі. Упорядники хрестоматії до переліку творів включили такі, що відповідають даній тематиці, враховують характеристику і спрямування завдань кожного розділу, мають високу художню цінність і відповідають віковим та психологічним особливостям дітей. Збірку впорядковано за виданнями минулих років та новими надходженнями. Усі вони зазначені в переліку використаної літератури. Використання творів у роботі з дітьми сприятиме реалізації вимог Базового компонента і чинних освітніх програм. Вони можуть використовуватися для читання дітям дошкільного віку в умовах родини та дошкільного навчального закладу, тому, що дитяча література – як авторська, так і фольклор – це надзвичайно велика скарбниця.

Якщо ж ви не маєте програми “Про себе треба знати, про себе треба дбати”, то даємо вам такі підказки для пошуку творів. Опис змісту розділів:

Власне тіло я вивчаю і його оберігаю – твори про частини тіла людини, а також деякі внутрішні органи; про те, як навчитися дослухатися до їх сигналів, дбати про них; про роль фізичних вправ, активних рухів та правил дотримання безпечного поведіння в навколишньому.

З чистою назавжди буду я рости – познайомить дітей, як слід доглядати за своїм тілом, одягом, речами, як бути чистим і охайним, товаршувати з гігієною.

Хворобам запобігаю і здоров'я маю – вміщує твори в яких розповідається, що іноді можуть трапитися і неприємні речі, коли виникає захворювання з різних на те причин; як подолати недугу і уникнути хвороби (це й медобстеження, профілактичні щеплення, лікування, безпека у побуті тощо).

Сонце, повітря, вода – супутники мого життя – розповідає про гарних приятелів у зміщенні організму, про необхідність чистого повітря і води, про користь загартування, про поведінку на природі (в лісі, лузі, степу, водоймі), недопустимість переохолодження і перегрівання, а також про безпеку від природних стихійних явищ та техногенних катастроф.

Здоров'я плекати допомагають мама й тато – включає твори, з яких маленькі читачі зможуть дізнатися про зростання, вплив сім'ї, всіх рідних, їхніх взаємин на здоров'я й безпеку життя: відмова від шкідливих звичок, відсутність будь-яких проявів насилля, правила поведіння вдома, спілкування із знайомими та незнайомими людьми.

Вдома і в садку за розпорядком я живу – охоплює твори про необхідність дотримання чіткого розпорядку дня: сон, прийняття їжі, заняття, прогулянка; що лише вдалий ритм, повноцінний сон, безпечне харчування і відпочинок (зі знанням поведіння в громадських місцях – на вулиці, в транспорті, на майданчику тощо) слугують здоров'ю і радісному життю.

Я в гармонії зростаю й небезпеки уникаю – дає можливість дізнатися, як впливають на стан здоров'я емоції і почуття, вчинки і слова та поведінка загалом; як створити психологічну і соціальну безпеку, уникаючи конфліктів, недоброзичливості, негативних проявів, що неабияк відображаються на протіканні життя.

За допомогою хрестоматії “Барвисте життя” ви зможете розробити цікавий зміст занять з дітьми, дати відповіді на ті питання, що їх хвилю-

ють, задовольнити їхню цікавість про власний організм, про те, як за ним доглядати, що робити, щоб не хворіти, як лікуватися, загартовуватися, як треба піклуватися про своє здоров'я та здоров'я родини, для чого треба жити в певному природному ритмі і який він, як правильно харчуватися і відпочивати, що допомагає, а що шкодить здоров'ю, як жити в комфорті, яких правил безпеки слід дотримуватися. Твори в хрестоматії мають різний ступінь складності щодо сприйняття їх дітьми дошкільного віку. Вихователі, маючи спеціальну педагогічну підготовку, зможуть швидко зорієнтуватися, що саме читати дітям. Щодо батьків чи інших членів родини, то для них такий вказівник – твори в розділах подані тематично: від простіших до складніших. Тобто, враховуючи вік дитини і рівень її розвитку, можна визначити, що саме їй цікавить і прочитати, переказати чи вивчити напам'ять те, що їй сподобається.

Звісно, ми не претендуємо на вичерпність змісту хрестоматії, адже творів, що їх можна запропонувати дошкільникам, є надзвичайно багато. Але дуже прагнемо, щоб ця книжка стала настільною, адже ніколи нікому не зашкодить підкріплювати й уточнювати отримані знання про здоров'я та безпеку життєдіяльності творами художньої літератури. Читання її дітям спонукатиме до усвідомлення того, що немає в людини більшої цінності, ніж здоров'я і власне повноцінне життя.

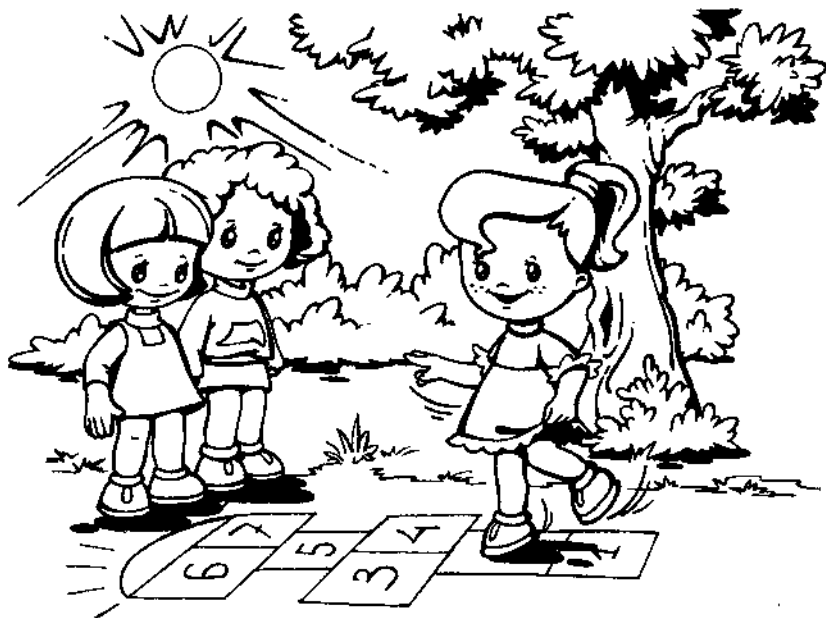
Не пропускайте жодної нагоди погортати її разом з дітьми! У майбутньому вони вам лише будуть завдячувати, тому що здобує в дитинстві залишає слід на все подальше життя.

Сподіваємося, що книга сподобається вам і ви будете використовуватися її під час занять із дітьми, щоб закласти в них фундамент знань про основи здоров'я та безпеку життєдіяльності, прищепити гігієнічні навички і вміння та поведіння в навколишньому.

То ж зичимо всім читачам приємного і корисного ознайомлення зі змістом хрестоматії. Маємо глибоке переконання, що з часом "Барвісте життя" стане улюбленою книгою. Вчіться і навчайте дбати та цінувати здоров'я та життя. Лише у розумінні і співпраці ми зможемо формувати і підтримувати в доброму стані майбуття України – її маленьких громадян!

З повагою і побажаннями здоров'я та безпечного і щасливого життя,
Любов Лохвицька

ВЛАСНЕ ТІЛО Я ВИВЧАЮ І ЙОГО ОБЕРІГАЮ

**У нашої доньки**

У нашої доньки
 Дві малі долоньки.
 Кіски дві і ніжки дві,
 Щоб стрибали по траві.
 А язик, хоча й один,
 Але меле, наче млин.

В. Бондаренко

У маленької онучки

У маленької онучки
 Є малесенькі дві ручки.
 Нумо пальці рахувать:
 Раз, два, три, чотири, п'ять!

Катерина Перелісна

Туп-туп-туп!

Туп-туп-туп!
 Там і тут
 До садочка діти йдуть.
 Не біжать, не кричать,
 Лиш ніжками тупогять.
 Туп-туп-туп! Чергові,
 Хлопці пильні – бойові,
 Знак усім подають:
 “Переходьте тільки тут!”
 І хлоп'ята з літаками,
 І дівчата із квітками
 Не біжать, не кричать,
 Лиш ніжками тупотять.

Катерина Перелісна

Пальчик-пальчик

*Російська народна пісенька
(у перекладі)*

Пальчик, пальчик,
Де ти був?
– Я з цим братом
В ліс ходив,
А з цим братом
Борщ варив,
З ним я кашки
Скуштував,
А з найбільшим
Заспівав, заспівав.

Оленка

(у перекладі з російської)

Є у нас маленька
Дівчинка Оленка,
Дівчинка-приспівочка,
Круглая голівочка,
Цілий день: “Уа-уа”, –
От і всі її слова.
Як в нашої доні
Губоньки червоні.
Як в нашої пташки
Рожеві щічки.
Як в нашої крихітки
Тепленькі ніжки.
Як в нашої лапки
Нігтики-подряпки.
Ми не ляжем рано спати –
Треба донечку купати,
Теплу воду
Ллєм на нашу пташку.
Ой з гуски вода,
А з Оленки хударба!

Олена Благініна

Наш хлопчик

*Російська народна пісенька
(у перекладі)*

Оцей пальчик – наш дідусь,
Оцей пальчик – баба,
Оцей пальчик – наш татусь,
Оцей пальчик – мама,
Оцей пальчик – хлопчик наш,
А звать його Ваня!

Морозець, морозець

– Морозець, морозець!
Не щипай за щічки.
Теплі валянки у нас,
Шубки й рукавички.

– Морозець, морозець! –
Плещемо в долоні. –
У дівчаток і хлоп'ят
Носики червоні.

Грицько Бойко

Страшний вовк

Малювала я картину,
На картині – вовка:
Лапи, хвостик, шию, спину,
Двоє вух, два очи.

Прибігає вовчик з лісу,
Припинив роботу.
– Намалюй, – прохає слізно, –
Два носи й два роти...

– А навіщо? – я спитала
Й почала сміятись.
– Бо нас в лісі перестали
Вже й зайці боятись.

Ігор Січовик