



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

Высшая школа физической культуры и спорта

Кафедра безопасности жизнедеятельности  
и медико-биологических дисциплин

Формирование безопасного поведения у подростков

Выпускная квалификационная работа  
по направлению 44.04.01 «Педагогическое образование»  
направленность (профиль) «Образование в области безопасности  
жизнедеятельности»  
Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:  
45,03 % авторского текста

Выполнила:  
студентка группы ЗФ-314-280-2-1  
Усиркова Арина Ивановна

Работа рекомендована к защите  
« 01 » 02 2024  
зав. кафедрой БЖ и МБД  
Тюмасева Зоя Ивановна  
(д.п.н., профессор)

Научный руководитель:  
кандидат биологических наук,  
доцент  
Сарайкин Дмитрий Андреевич

Челябинск  
2024

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ .....	9
1.1 Понятие «безопасное поведение» и его изучение в современной теории и практике .....	9
1.2 Психологическая характеристика поведенческих особенностей подростков 14 -16 лет .....	14
1.3 Психолого-педагогические условия формирования безопасного поведения у подростков .....	19
Выводы по первой главе .....	34
ГЛАВА 2. ОПЫТНО - ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОЦЕССА ФОРМИРОВАНИЯ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ .....	36
2.1 Цель, задачи и организация экспериментального исследования .....	36
2.2 Диагностика уровня сформированности безопасного поведения у подростков .....	37
2.3 Разработка и реализация программы формирования безопасного поведения у подростков «Олимп безопасности» .....	54
2.4 Анализ и оценка результатов опытно-экспериментальной работы ...	61
Выводы по второй главе .....	64
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	66
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....	69
ПРИЛОЖЕНИЯ .....	76

## ВВЕДЕНИЕ

Обзор литературных источников по проблеме формирования безопасного поведения у обучающихся свидетельствует о том, что безопасность как феномен недостаточно рассмотрена в психолого-педагогических науках. Кроме того, возможности многих учебных дисциплин недооцениваются с точки зрения сферы нравственного и социального воспитания школьников.

Многими исследователями подчеркивается, что подростковый возраст является наиболее чувствительным для проявления рискованного поведения, что связано с возрастными особенностями: потребностью самоутверждения; получения нового социального опыта; потребностью отделения от значимых взрослых; неустойчивостью эмоционально-волевой сферы; низкой нервно-психической устойчивостью, обусловленной анатомо-физиологическими особенностями созревания организма и др. С другой стороны, такие психические новообразования личности подростка, как рефлексия, структурирование картины мира и ценностных ориентаций, развитие абстрактно-логического мышления и пр. делают данный возраст восприимчивым к процессу формирования культуры безопасного поведения.

Необходимо отметить, что на настоящий момент по вопросам формирования навыков безопасного поведения в педагогической науке накоплен определенный опыт, так концепции обучения основам безопасности рассмотрены в работах Т.С. Назаровой, В.В. Сапронова, В.С. Шаповаленко и др., безопасности жизнедеятельности - в исследованиях С.В. Белова, В.Н. Мошкина, О.Н. Русак, Л.И. Шершнева и др. Однако в аспекте применимости данных концепций к образованию подростков сущность и компоненты безопасного поведения изучены недостаточно. Кроме того, данные о психолого-педагогических механизмах, условиях и средствах формирования готовности к безопасному поведению в повседневной жизни

у подростков в урочной и внеурочной деятельности в условиях ФГОС разрозненны и иногда противоречивы [41, с 384].

Также необходимо отметить, что анализ практики деятельности педагогов по проблеме формирования у подростков навыков безопасного поведения позволяет выявить следующие проблемы: преобладание знаниево-ориентированного подхода; репродуктивный уровень усвоения подростками информации о безопасном поведении; отсутствие эффективной системы мотивации старших школьников к безопасному поведению и др. [56, с 90]. Проводимые исследования, направленные на выявление уровня сформированности у подростков навыков безопасности жизнедеятельности, свидетельствуют о низком уровне изучаемого признака, следовательно, организация процесса формирования готовности подростков к безопасному поведению нуждается в оптимизации.

**Цель исследования:** разработать, теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность методики формирования безопасного поведения у подростков.

**Объект исследования:** безопасное поведение подростков.

**Предмет исследования:** процесс формирования безопасного поведения у подростков.

**Гипотеза исследования:** процесс формирования безопасного поведения у подростков будет успешным, если:

- будут изучены теоретические основы формирования безопасного поведения у подростков;
- будет разработана и апробирована программа внеурочной деятельности, целью которой является формирование безопасного поведения у подростков;
- будут выявлены и учтены педагогические условия формирования безопасного поведения у подростков;
- будет определен диагностический инструментарий для оценки сформированности безопасного поведения у подростков.

### **Задачи исследования:**

1. Изучить теоретические основы формирования безопасного поведения у подростков.
2. Разработать и апробировать программу внеурочной деятельности, целью которой является формирование безопасного поведения у подростков.
3. Выявить и учесть педагогические условия формирования безопасного поведения у подростков.
4. Определить диагностический инструментарий для оценки сформированности безопасного поведения у подростков.

**Теоретико-методической основой** исследования являются научные труды, посвященные изучению психологии подросткового возраста (Л.С. Выготский, П.П. Блонский, Э. Шпрангер, Э. Штерн, Д. Б. Эльконин), работы в области изучения культуры безопасного поведения (Т.С. Назарова, В.В. Сапронов, В.С. Шаповаленко, С.В. Белов, В.Н. Мошкин, О.Н. Русак, Л.И. Шершнев); методические разработки в области безопасности жизнедеятельности школьников (В. Н. Латчук, В. В. Марков, М. И. Кузнецов).

Для решения поставленных задач были использованы следующие **методы исследования:**

1. Теоретические методы: изучение научной литературы по исследуемой проблеме и документов с целью конкретизации основных теоретических и методических положений, анализ, обобщение и интерпретация результатов экспериментального исследования.
2. Эмпирические методы: сбор научных фактов, психолого-педагогическое наблюдение, тестирование, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент.
3. Статистические методы: методы математической статистики.

**База исследования:** МАОУ «Гимназия № 80 г. Челябинска», ул. Елькина, д.88. В исследовании принимали участие обучающиеся 8-1 и 8-2

класса, в составе 23 человек, 8-1 (12 человек) – контрольная группа, 8-2 (11 человек) – экспериментальная группа.

Исследование проводилось в четыре этапа в период с 2020 по 2022 год.

На *первом* этапе (август – сентябрь 2020 г.) – констатирующем – проводились исследования проблем: теоретический анализ психолого-педагогической и специальной литературы, а также диссертационных работ по исследуемой проблеме с целью определения методологических основ, определения цели, объекта, предмета исследования, формировалась гипотеза и задачи исследования. Составлен план опытно-экспериментальной работы, определены методы исследования.

На *втором* этапе (сентябрь – октябрь 2020 г.) разрабатывалась программа опытно-экспериментальной проверки гипотезы исследования.

На *третьем* этапе (октябрь 2020 г. – май 2022 г.) проводились: опытно-экспериментальная работа, анализ результативности процесса формирования безопасного поведения у подростков, обработка полученных результатов, уточнение теоретических и экспериментальных выводов.

На *четвертом* (май – август 2022 г.), заключительном этапе обобщались результаты исследования, формулировались научные выводы, проведение контрольного этапа экспериментального исследования, анализ, интерпретация и систематизация полученных данных, формулирование выводов, оформление результатов исследования.

Достоверность результатов исследования обеспечивалась применением методов исследования, адекватных поставленным целям, задачам, объекту, предмету исследования, завершенностью экспериментальной работы по исследуемой теме.

**Научная новизна исследования** заключается в практической отработке навыков, использовании интерактивных игр в процессе формирования безопасного поведения у подростков, а также в разработке и внедрении программы внеурочной деятельности «Олимп безопасности» для учащихся 8-9 классов.

**Теоретическая значимость исследования** заключается в выявлении и систематизации взглядов на понятия «безопасное поведение», «условия формирования безопасного поведения», а также в выделении условий формирования безопасного поведения у подростков.

**Практическая значимость работы:** разработана и внедрена программа внеурочной деятельности «Олимп безопасности», направленная на формирование безопасного поведения у подростков, которая включает в себя: развитие знаний, умений и навыков по безопасному поведению, учет возрастных особенностей личности подростков, методическое обеспечение процесса формирования у подростков безопасного поведения.

Практическая ценность результатов нашей исследовательской работы определяется возможностью ее использования в общеобразовательных учреждениях и в учреждениях дополнительного образования.

На защиту выносятся:

1. Программа внеурочной деятельности «Олимп безопасности», целью которой является формирование безопасного поведения у подростков с использованием нестандартных форм занятий, удовлетворение их интересов в области безопасности жизнедеятельности.

2. Педагогические условия формирования безопасного поведения у детей подросткового возраста (интерактивные игры, викторины, квест-игры, дидактические игры, беседы, конкурсная деятельность и др.).

3. Диагностический инструментарий, включающий критерии, показатели, уровни сформированности у подростков безопасного поведения.

### **Апробация результатов работы**

Основные результаты исследования доложены и обсуждены на:

– XIV Всероссийская научно-практическая конференция «Экологическая безопасность, здоровье и образование», 23 апреля 2021, ЮУрГГПУ, Челябинск.

– IX Всероссийская с международным участием научно-

практической конференции магистрантов и молодых ученых «Физическая культура, спорт, туризм: наука, образование, технологии», 20 апреля 2021, УралГУФК, Челябинск.

### **Публикации по материалам диссертации**

1. Куракина, А. И. Формирование безопасного поведения у подростков / А. И. Куракина, О. В. Сакулина // Экологическая безопасность, здоровье и образование : сборник статей XIV Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов и студентов / под науч. ред. проф. З. И. Тюмасевой. – Челябинск: ЗАО «Библиотека А. Миллера», 2021. – С. 140–144.

2. Сакулина, О. В. Уроки физической культуры как средство формирования культуры здоровья младших школьников / О. В. Сакулина, А. И. Куракина // Физическая культура, спорт, туризм: наука, образование, технологии : Материалы IX Всероссийской с международным участием научно-практической конференции магистрантов и молодых ученых. – Челябинск: УралГУФК, 2021. – С. 243–245.

**Объем и структура работы.** Выпускная квалификационная работа изложена на 98 страницах, состоит из введения, двух глав, выводов к ним, заключения, списка использованных источников, включающего 71 автора. Текст иллюстрирован 10 таблицами и 8 рисунками.



# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

## 1.1 Понятие «безопасное поведение» и его изучение в современной теории и практике

Один из ключевых методов предотвращения травм, увечий и смертей - это безопасное поведение каждого члена общества в различных ситуациях (месте, времени, обстоятельствах и т.д.). Безопасное поведение включает в себя основные знания правил и мер предосторожности, направленных на предотвращение небезопасного поведения, которое может привести к аварийным и трагическим ситуациям.

Будь человек на работе, дома или в государственном (частном) учреждении, независимо от вида деятельности, его жизнь и здоровье подчиняются правилам безопасности. Даже небольшая невнимательность на опасных участках может привести к несчастным случаям. [63, с 350]

В первую очередь нужно отметить понятие «опасность» как ключевое определение в учебной дисциплине основы безопасности жизнедеятельности. Под «опасностью» учёные понимают явления, процессы, объекты, представляющие угрозу для жизни и здоровья индивидуума непосредственно или косвенно при определенных обстоятельствах, способные наносить ущерб здоровью человека в виде острых и хронических заболеваний, травм, инвалидности, психологического дискомфорта, смертельного исхода.

Одной из характеристик опасности является вероятностный характер её проявления в условиях, напрямую связанных с наличием физического риска, сопряжённого с вероятностью травмирования и гибели в результате попадания человека (подростка, в частности) в опасные и чрезвычайные ситуации. В данном случае риск может быть целью, мотивом, необходимой предпосылкой деятельности. При этом выбор поведения в условиях риска

определяется выигрышем, опасностью, шансами на успех или избеганием возможной неудачи, степенью необходимости осуществления выбора.

Под безопасным поведением мы понимаем систему взаимосвязанных действий и поступков, осуществляемых субъектом под влиянием факторов внутренней и внешней среды с целью обеспечения защищенности во всех сферах жизнедеятельности. [31, с 168]

По нашему мнению, человек, поведение которого является безопасным, обладает данными признаками:

- Способен прогнозировать возможные опасности;
- Способен выполнить мероприятия, чтобы предотвратить опасную ситуацию;
- Имеет положительный (или отрицательный) опыт выхода из чрезвычайных и опасных ситуаций.

Способность прогнозирования (в контексте опасностей) является результатом определенных знаний о явлениях и законах, такие знания появляются путем проживания подобных ситуаций (опыта). Эти знания содержат повторяющиеся признаки опасности или предвестники каких-либо физических (природных, техногенных и т.д.) явлений, причины, а также последствия опасных и чрезвычайных ситуаций, их описание, виды, характеристики. Только обладая информацией (как теоретической, так и практической) человек может верно оценить обстановку, принять решение и смоделировать безопасные действия в конкретном случае.

Выполнение мероприятий для предотвращения опасных ситуаций чрезвычайно важна для каждого человека. Навыки выполнения таких мероприятий могут помочь в спасении жизни и сохранению здоровья как собственных, так и окружающих людей. Большинство действий по предотвращению опасных ситуаций представляют собой алгоритм, который предполагает анализ происходящих событий, стрессоустойчивость организма, контроль собственных действий и поведения, адекватные решения, умение применить средства защиты.

Опыт – это особенно важный инструмент в «борьбе» человека за безопасность. Благодаря опыту человек чувствует больше уверенности и спокойствия в трудных ситуациях, так как подобные события уже присутствовали в его прошлом, и он получил знания и навыки предотвращения такой опасности. Опыт позволяет сохранить холодный ум, а значит решения и действия будут более точны и адекватны.

По мнению специалистов Т. С. Назаровой и В. С. Шаповаленко, опыт взаимодействия с опасными ситуациями - это определенные действия, основанные на подобных событиях (действиях) в прошлом, а также техническая и психологическая готовность нахождения в опасной ситуации. [46, с 169]

Признаки личного опыта безопасного поведения проявляются непосредственно во время нахождения человека в опасной ситуации. Эти признаки включают неординарный подход к сложившейся обстановке, возложение ответственности за свои действия, а также в адекватной критике собственных решений в опасной ситуации.

Формирование безопасного поведения включает несколько аспектов:

- Общая теоретическая подготовка к безопасной жизнедеятельности
- Психологическая подготовка к безопасной жизнедеятельности, включая формирование смелости, решительности и готовности к разумному риску.
- Развитие личностных качеств, необходимых для безопасной жизнедеятельности, таких как проницательность, дальновидность, гуманность и оптимистичность.

В результате можно выделить две ключевые составляющие, формирующие безопасное поведение: формирование предметных действий в предстоящей деятельности и специальная подготовка к безопасности жизнедеятельности.

И поэтому, формирование безопасного поведения, как составная часть воспитания, рассматривается в широком и узком понимании.

В широком смысле формирование безопасного поведения – это процесс формирования готовности к разнообразным видам и типам деятельности в разных областях жизни, так как любая деятельность несет в себе потенциальные опасности, поэтому процесс освоения любого вида деятельности является подготовкой к безопасному существованию.

В узком понимании формирование безопасного поведения – это воспитание некоторой области поведения человека, которая предполагает сохранение здоровья и жизни, а также предотвращение опасностей или рисков.

Также для узкого понимания понятия «формирование безопасного поведения» можно считать его за определенную подготовку к безопасности жизнедеятельности. Данная тренировка включает в себя знания, умения и навыки в отдельных областях жизнедеятельности, например, правила дорожного движения, пожарная безопасность, безопасность на воде, правила эвакуации из горящего здания и т.д. [64, с 128]

Формирование безопасного поведения – это сложная система. Система, которая выступает в качестве: компонента, элемента, этапа, функции, цели, содержания, формы, средства, закономерности, принципа, педагогического условия воспитания.

Кроме того, в обучение и образование включены инструменты поведенческого здоровья, мобильные методы обучения, технические методы, планирование безопасности жизни и многое другое. может быть частью среди образовательных групп, опирающихся на несколько методов обучения и определяющих конкретные учебно-воспитательные процессы, пригодные для продолжения, представлено понятие «педагогический процесс». [40, с 91]

Мы рассмотрели возможность совмещения образовательного процесса с обучением безопасному поведению.

Воспитательный процесс является главным аспектом в формировании безопасного поведения личности. Данная взаимосвязь олицетворяется в конкретных образовательных курсах: курс окружающего мира в начальной школе, курс ОБЖ, биологии, физики, химии и т.д.

Каждый педагог, а не только профильный, обязан прививать учащимся культуру безопасности как в рамках своего предмета, так и в повседневной жизни.

Это и является основным примером взаимосвязи образовательного процесса и формирования безопасного поведения у подростков. Ведь уровень безопасности в образовательной организации и в мире в целом станет выше, если на всех уроках будут проводиться регулярные профилактические беседы, инструктажи безопасности и другие мероприятия, целью которых является предотвратить возникновение опасных ситуаций.

Если в образовательном процессе на уроках химии, физики, физкультуры, биологии, информатики и т. д. проводятся систематические профилактические мероприятия по предотвращению и преодолению вредных и опасных факторов жизнедеятельности, это способствует более высокому уровню безопасности. Снижается вероятность нежелательных, вредных последствий внешних факторов и влияния собственной жизнедеятельности. [41, с 390]

Безопасное поведение – это поступки и действия, цель которых заключается в возвращении человека в состояние защищенности, а также сохранении здоровья и жизни каждого человека.

Формирование безопасного поведения – важный этап воспитательного процесса, в ходе которого в личности ребенка формируется культура безопасного поведения. Это ограниченный по времени, специально организованный период в жизни школьников, основная цель которого – развитие культуры безопасного поведения.

## 1.2 Психологическая характеристика поведенческих особенностей подростков 14 -16 лет

Согласно советскому психологу Д. Б. Эльконину, подростковый возраст подразделяется на два периода: младший (12–14 лет) и старший (ранняя юность; 15–17 лет), и характеризуется началом перестройки организма ребенка: ускоренным физическим развитием и половым созреванием. [70, с 19]

В организме подростка меняется работа желез внутренней секреции, увеличивается обмен веществ, происходит адаптация к новой организации работы систем организма. Нередко такие изменения являются причиной появления неуравновешенности, равнодушия, раздражительности в поведении, а также резких перепадов настроения.

Половые гормоны также влияют на эмоциональное состояние подростков, усиливая чувства тревоги, злости, ревности и других эмоций. Все это может привести к конфликтам с окружающими, особенно с родителями, и способствовать формированию идеального образа себя. [71, с 118]

Главная особенность подросткового возраста – осознание себя как взрослого в то время, когда внутренние качества в большинстве своем остаются еще детскими.

Для подростков характерна возрастающая критика. В детстве он не обращал внимания на многие события внешнего мира или был мягок в своих суждениях, а в подростковом возрасте он начинает переоценивать то, что давно известно и общепринято, и часто несет в себе слишком много собственных суждений. Просто, категорично и бескомпромиссно. В итоге авторитет родителей и учителей может быть существенно ослаблен или потерян навсегда.

Подростки нередко резко реагируют на оценку собственных качеств, а также оценку близких людей: родителей, членов семьи, друзей и т.д.

Подобные оценочные суждения могут вызвать у них такие эмоции как грусть, злость, агрессию, грубость, упрямство. Иногда чувства становятся даже противоречивыми. Поэтому в этом возрасте дети могут прибегнуть к девиантному поведению: начинают курить, употреблять алкоголь или наркотики, могут убежать из дома. Причиной этому служат негативные отношения с родителями или другими близкими людьми, а именно потеря их авторитета в глазах подростка. [57, с 29]

Стремление к независимости, протесты – это все признаки переходного возраста подростка. Нередко они выбирают тебе авторитетов взамен авторитета родителей. Таким авторитетом может стать как положительные персонажи, так и отрицательные. Интересы подростков часто меняются и могут сильно отличаться от прежних. Подростки плохо контролируют свое поведение, так как эмоционально нестабильны из-за резких и больших изменений в организме. Они стремятся стать взрослыми, но являются еще детьми. Этот процесс неизбежен и чрезвычайно важен в жизни каждого человека.

По мнению советского психолога Л. С. Выготского, подростковый возраст является наиболее предрасположенным к внешним и внутренним раздражителям, которые могут привести к различным психологическим проблемам у подростков, таким как низкое самооценка, депрессия, агрессивное поведение, а также затруднения в общении с окружающими. Все это делает обучение с ними трудным, а иногда и практически невозможным. Часто в таком состоянии подросток попадает в ситуации, которые угрожают его здоровью и жизни. [16, с 89]

В связи с этим мы выделили основные риски, с которыми связан подростковый период:

1. Повышенная вероятность совершения рискованного поведения. Подростки могут быть склонны к экспериментированию с наркотиками, алкоголем или сексуальными активностями. Они могут совершать опасные поступки без должного взвешивания последствий.

2. Проблемы в учебе. Некоторые подростки сталкиваются с понижением академической успеваемости и трудностями в учебе. Отсутствие мотивации, концентрации, дисциплины и переживания изменений в школьной среде могут сказаться на учебной деятельности.

3. Повышенная уязвимость перед влиянием сверстников. Взаимодействие с другими подростками может привести к негативным последствиям. В некоторых случаях, подростки могут подвергаться влиянию стресса группы и быть склонными следовать тенденциям или неразумным решениям, чтобы соответствовать своим сверстникам.

4. Проблемы с самооценкой и депрессия. Подростки часто сталкиваются со сменой своего внешнего вида и возникающими комплексами. Некоторые могут страдать от низкой самооценки, социальной тревожности или депрессии.

5. Отсутствие навыков управления эмоциями. Возникающие эмоциональные изменения могут быть сложными для подростков. Они могут испытывать частые перепады настроения, раздражительность и неспособность эффективно управлять своими эмоциями.

6. Развитие зависимостей. Подростковый возраст может быть периодом, когда люди становятся уязвимыми к развитию зависимостей, таких как наркотики, алкоголь или азартные игры.

Не все подростки сталкиваются с этими рисками, и каждый подросток уникален. Сильная поддержка со стороны родителей, семьи, школы и общественных институтов может помочь снизить эти риски и создать благоприятную среду для здорового развития подростков.

Ученые в области психологии Л.С. Выготский и П.П. Блонский подходили к подростковому периоду с точки зрения его исторического развития. Они считали, что социокультурное окружение оказывает существенное влияние на ход и особенности развития подростков.

Л.С. Выготский в своей теории культурно-исторического развития рассматривает подростковый возраст как переходную фазу, в которой



активно формируются новые структуры и психические способности. Он определил особенности и направление развития подростков и подчеркнул, что важную роль в этом играют общество и культура. [16, с 152]

Э. Шпрангер ввел концепцию подросткового возраста, в которой выделил пять основных характеристик подростков, т.е. индивидуальные поведенческие модели. По его словам, подростковый возраст — это период глубокого познания своей личности под влиянием культурных влияний.

Основные аспекты этого возраста, в соответствии с Э. Шпрангером, включают открытие "Я", возникновение способности к рефлексии и осознание собственной индивидуальности. Учитывая то, что главной целью психологии является изучение внутреннего мира человека, связанного с культурой и обществом, Э Шпрангер начинает исследование идентичности и мировоззрения подростков, а также выражение любви в подростковом возрасте.

Шпрангер исследовал понятие любви как важного аспекта развития личности. Он считал, что понимание и выражение любви играют ключевую роль в формировании здоровых отношений и самосознания.

В этом возрасте происходит формирование представления о себе как о взрослом, хотя подростку еще не присуща полноценная взрослая самооценка. Он стремится получить признание окружающих и начинает осознавать себя через общение. Социальное сознание играет важную роль в формировании личности подростка, так как оно переносится во внутренний мир подростка, и контролирует его поведение и моральные нормы. По Л. С. Выготскому, это самосознание – общественное знание, которое становится внутренним для подростка.

Сегодняшняя общественная жизнь предъявляет иные и более высокие требования к духу молодежи, чем пятьдесят лет назад. Объем информации увеличился, жизненный опыт стал разнообразнее и богаче, темп жизни стал быстрее, а образование усложнилось. Были разработаны новые программы компьютерного обучения. Все это требует изобретательности и высокого

мастерства. Если к этому добавить провал планов и роспуск молодежных организаций (пионерских и комсомольских), взамен которым почти ничего не создано, то становится понятно, почему молодежный беспорядок является актуальной проблемой.

Подростковый возраст – самые трудные и сложные годы детства. «Переходным» он называется потому, что сейчас происходит переход от детства к взрослости, от подросткового возраста к взрослой жизни, существуют все стороны развития подростка: анатомо-физиологические, интеллектуальные, нравственные, различные. Появляются новые стили и направления. [49, с 201]

В подростковом возрасте условия жизни и деятельности подростков существенно изменяются, что приводит к перестройке психической структуры и появлению новых форм общения среди сверстников. Социальное положение, статус и положение подростка в коллективе меняется, и у взрослых появляется много требований.

В период роста ребенок должен научиться познавать себя. Ответ на вопрос «Кто я?» » часто возникает в голове подростка. Он интересуется собой, формирует собственное мнение и суждения. Происходит самооценка отдельных событий и фактов. Он пытается оценить свои способности и действия и сравнить себя со сверстниками и их действиями. [45, с 24]

В этом возрасте снижается временная психологическая дистанция подростка от семьи и школы, снижается их значение в формировании личности подростка, возрастает влияние сверстников. Он часто сталкивается с выбором между формальной командой и неформальной коммуникационной группой. Подростки предпочитают среду и группу, где они чувствуют себя комфортно и к ним относятся с уважением. Это может быть спортивное отделение или технический клуб, но это может быть и подвал дома, где люди собираются, тусуются, курят, пьют и т. д.

Неудивительно, что подростковый возраст несет с собой и конфликтные отношения со взрослыми, чаще всего с самыми близкими -

родителями. Родители все еще не видят в своем ребенке взрослого человека и относятся к нему по-детски, и он убегает от этого обращения. Поэтому межличностные отношения становятся более конкурентными, возрастает критика мнения старших, но вместе с тем возрастает и мнение сверстников.

Меняется характер взаимоотношений со взрослыми: подросток пытается перейти из подчиненного положения в равноправное. При этом меняется и характер взаимоотношений со сверстниками, потребность в общении для укрепления себя, что в несправедливых ситуациях может привести к различным формам девиантного поведения. [33, с 210] Повышенное внимание к проблемам интимной жизни человека, что может привести к антисоциальным нарушениям в сексуальной жизни подростка.

В переходном возрасте подросток стремится к независимости, проявляет протест против наставлений взрослых и выбирает кумиров для подражания. Интересы подростка значительно меняются по сравнению с детством, проявляется разбросанный и неустойчивый интерес к различным занятиям. Характерные особенности этого возраста - эмоциональная незрелость, слабая способность контролировать свои поступки, стремление к самоутверждению и взрослости.

Подросток – это человек, находящийся в фазе развития своей личности и социальных навыков между детством и взрослой жизнью. Он еще не совсем взрослый, но уже достаточно развит, чтобы участвовать в социальных взаимодействиях и следовать социальным нормам.

### 1.3 Психолого-педагогические условия формирования безопасного поведения у подростков

В условиях сложной социально-экономической среды и активной урбанизации дети становятся всё более уязвимыми для различных рисков. Неумение прогнозировать возникновение опасности, правильно оценить обстановку, спланировать свои действия приводит ежегодно, по данным

МЧС и ГИБДД, к гибели 4–5 тыс. детей на дорогах, в пожарах, на воде и т. п.

Подростки - это группа людей, которая значительно подвержена воздействию негативных факторов окружающей среды и большой вероятности попадания в опасные ситуации. Им свойственно стремление к новым знаниям и ощущениям, а также демонстрация взрослости через отклоняющееся поведение, что может быть опасно как для них самих, так и для окружающих. Одновременно с этим подростковый возраст является благоприятным для формирования безопасного поведения, поэтому следует обучать подростков навыкам безопасного образа жизни и поощрять их стремление к сохранению здоровья. [27, с 337]

Основываясь на исследования, мы утверждаем, что взаимодействие подростков с их социальной средой - семьей, друзьями, одноклассниками, приятелями - оказывает значительное влияние на формирование их поведения и принятие решений. В этом отношении, социализация подростков может способствовать как формированию безопасного поведения, так и представлять опасность.

В свете этих обстоятельств возникает необходимость обучения школьников безопасному поведению как способу взаимодействия человека с окружающей средой и разумным поведением в постоянно возникающих опасных и экстренных ситуациях. Под безопасным поведением мы понимаем систему взаимосвязанных действий, осуществляемых человеком под воздействием внутренних и внешних факторов, с целью обеспечения безопасности во всех областях жизни.

Важное значение в формировании безопасного поведения в повседневной жизни человека имеет социальная среда. Ребенок первоначальный опыт получает в семейной микросреде, которая является моделью для его будущего поведения. Особую роль в формировании опыта безопасного поведения играют дошкольные учреждения.

На мотивацию безопасного поведения подростков существенное влияние оказывает социальная среда сверстников, средства массовой информации и другие факторы. Однако основной вклад в формирование опыта безопасного поведения делает школьное образование. [12, с 45] Во время учебы дети и подростки более успешно усваивают нормы и правила безопасного поведения в различных ситуациях, на улице, дома, в природе и в обществе.

Следовательно, образовательная система должна сосредоточиться на формировании у обучающихся навыков безопасного поведения в повседневных ситуациях, чтобы обеспечить их собственную безопасность и безопасность окружающих.

Кроме того, существенными факторами риска для подростка являются его физиологические особенности, такие как повышенный риск травм вследствие неоднородного развития тела, склонность к опасным действиям из-за недостаточного чувства страха, быстрая утомляемость нервной системы, замедленная реакция на опасность, склонность к рискованной активности и недостаток знаний о потенциальных опасностях. [23, с 61]

Кроме социальных факторов, которые могут подталкивать подростков к опасным ситуациям, часто происходят несчастные случаи из-за экстремальных обстоятельств. В таких ситуациях только люди с высоким уровнем психологической готовности и толерантностью к стрессу смогут успешно выполнить задачи в установленные сроки и с минимальными усилиями.

В научной литературе применяется понятие «психологическая готовность», которое трактуется как готовность человека к решению задач и преодолению трудностей в экстремальных или стрессовых условиях. Она включает в себя следующие аспекты:

– Эмоциональная устойчивость - способность контролировать свои эмоции и реагировать на стрессовые ситуации сдержанно и осознанно.

- Психологическая подготовка - знание и понимание возможных угроз и способов их преодоления.
- Готовность к действию - способность принимать быстрые и осознанные решения в экстремальных ситуациях.
- Тренированность - уровень физической и психологической подготовки, необходимой для решения конкретных задач в экстремальных условиях.
- Самоконтроль и самоуправление - способность управлять своими мыслями, эмоциями и поведением в стрессовых ситуациях.

Психологическая готовность к действиям в опасных и чрезвычайных ситуациях представляет собой сложную динамическую систему, которая выражается через сочетание различных интеллектуальных, эмоциональных, мотивационных и волевых качеств личности в контексте внешних условий и задач.

Но для подростков это представляет собой очень сложное нововведение из-за их слабых адаптационных механизмов, связанных с их возрастным периодом.

В результате исследований установлено, что формирование безопасному поведению у подростков протекает эффективно не только из-за подачи материала и освоения необходимых навыков, но и из-за мотивации, а также оно зависит от уровня развития основных психических процессов. Поэтому важно уделять время развитию памяти, мышления, воображения и внимания. [24, с 20]

Умение подростков сознательно контролировать свои действия, проявлять самостоятельность и смелость особенно важна в опасных ситуациях. Такой расклад позволяет им направить свои усилия на преодолении трудностей и избежать опасных ситуаций или поражении целей, связанных с успешным выходом посредством активной личной воли.

Применение методов анализа научной и специальной литературы, планирования физкультурного образования и безопасности

жизнедеятельности в школьной практике, а также проведение бесед, интервью и анкетирования, обнаружили, что большинство рекомендаций и программ имеют только теоретическую направленность и не соответствуют реальным потребностям и условиям.

Эти программы не создают условий для развития экстремальных навыков, что мешает достижению основной цели – формированию умений и навыков, позволяющих человеку действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях. Это приводит к уменьшению эффективности подготовки учащихся по безопасности жизнедеятельности и снижению качества школьного образовательного процесса в целом. [49, с 157]

В По словам советского и российского психолога В. И. Лебедева, развитие способности к моментальной реакции и решению проблем в условиях опасности является ключевым звеном готовности человека к действиям в экстремальных ситуациях и требует комплексного подхода, включающего как техническую, так и психологическую подготовку.

Систематизация деятельности, которая включает в себя: диагностику, планирование, стимулирование, организацию, коррекцию воспитания культуры безопасности позволит достичь положительных результатов.

Педагог, задача которого состоит в формировании безопасного поведения у подростков, может выступать наставником и координатором. Помогая взаимодействовать между различными участниками и группами, учитель организует и проводит ряд мероприятий для этой цели:

- Проведение обучающих семинаров и тренингов по теме безопасности.
- Организацию встреч с представителями структур безопасности.
- Проведение уроков в нетрадиционной форме изложения материала.
- Распространите информации с помощью медийных источников.

Эти мероприятия могут быть адаптированы под конкретные потребности участников образовательного процесса.

Данная работа подразделяется по направлениям:

- создание здоровьесберегающей инфраструктуры учреждения;
- образовательный процесс (педагоги, учащиеся, родители);
- внеурочная деятельность (школьная – кружки, секции, соревнования, беседы и т.д.);
- учреждения дополнительного образования – интерактивные мероприятия, тренинги, лекции, экскурсии и т.д.)

Для обеспечения комфортной и безопасной обстановки в школе необходимо привлекать не только педагогов, но и подростков. Это можно сделать через создание сектора дисциплины, организацию дежурства на переменах, вовлечение подростков в анализ опасных ситуаций, нарушений правил поведения в школе и планирование работы по их предотвращению.

При проведении уроков необходимо уделять особое внимание формированию безопасного поведения в школе.

На уроках русского языка и литературы при рассмотрении безопасности можно использовать примеры из литературных произведений. Чтобы заинтересовать подростка работой с синквейном (это стихотворение, где представлена простая информация), следует предложить визуализировать и подумать о темах безопасности.

На уроках истории подростки могут развивать в себе патриотизм, толерантность, спокойствие, чувство долга и т.д. Соответственно уроки математики и физики помогут точно рассчитать скорость движения тел, газов и веществ, а на уроках биологии можно обратить особое внимание здоровью и процедурам, сохраняющим его.

Особой подготовки в контексте безопасности требуют уроки повышенной опасности - физическая культура, технология, физика, химия, биология, и информатика. На этих предметах стоит уделить особое внимание инструктажам безопасности, профилактическим беседам в рамках каждого занятия. [26, с 92]



Основным предметом, целью которого и является формирование безопасного поведения, является Основы безопасности жизнедеятельности. На уроке следует чаще обращаться к решению ситуационных задач, практических занятий, разбора чрезвычайных ситуаций из реальной жизни и т.д. Чтобы заинтересовать учащихся следует выбирать такие средства как викторины, мастер-классы, кроссворды, круговые тренировки и т. д. [29, с 6]

Проектная деятельность также является предметом интереса у некоторых подростков и приносит им большую пользу. Создание проектов развивают у подростка большое количество полезных качеств и навыков. Прежде всего это умение работать и информацией, и текстом. [32, с 172]

Мероприятия внешкольного уровня отлично способствуют формированию безопасного поведения и сохранения здоровья у подростков.

При планировании внеклассной работы классному руководителю необходимо включить в план следующие мероприятия:

- Инструктажи по правилам безопасности, включая правила безопасного поведения на улице, в общественном транспорте, на мероприятиях и т.д.
- Проведение классных часов по предотвращению конфликтных ситуаций.
- Организация выездных мероприятий на тему безопасности, посещения поисково-спасательных служб или посещения курсов по первой помощи.
- Проведение информационных бесед о вреде курения, употребления алкоголя и наркотиков, а также о безопасном интернет-поведении.

Для успешного воспитания гармонично развитой личности важно строить доверительные отношения с родителями. Привлечение их к участию во внеурочной совместной деятельности, проведение родительских собраний с участием специалистов в области психологии, социальной

работы и медицины поможет сплотить семьи и создать удобные условия для лучшего взаимопонимания. Необходимо также проводить индивидуальную работу с семьями, где подростки не находят безопасных условий для учебы и развития. Особое внимание следует уделить объяснению родителям особенностей психологии и физиологии подростков, предоставлению рекомендаций и привлечению их к совместной деятельности. Эффективными могут быть также совместные мероприятия, такие как "Папа, мама, я – спортивная семья", "День матери", "День толерантности" и другие.

Работа по формированию культуры безопасности будет эффективна, если использовать различные методы.

Словесные методы обучения: рассказ, лекция, беседа, круглый стол, дискуссионный клуб, использование фольклора, инструкции о правилах поведения и др.

При формировании культуры безопасного поведения рассказ педагога должен быть эмоциональный, затрагивать чувства учащихся. Можно использовать отрывки из произведений, собственных ситуаций, как наглядный пример. [31, с 132]

Лекции целесообразно проводить с привлечением специалистов различных служб и ведомств (ГИБДД, МЧС, полиции, медиков и т.д.), с приведением статистических данных, конкретных опасных ситуаций.

При проведении беседы важно установить доверительные отношения, выбор темы должен быть актуален, понятен, интересен для подростков («О вредных привычках», «Наркотики – чума 21 века», «Здоровым будешь - все добудешь» и т.д.).

Круглый стол, как метод, требует определенной цели, умения выражать свое мнение, соблюдать правила общения в группе. Дискуссионный клуб помогает подростку развивать свои коммуникационные, социально-личностные, исследовательские качества.

Тематику выбирают сами учащиеся под руководством педагога, классного руководителя.

Использование в работе народных традиций, фольклора способствует формированию духовных ценностей, смекалки, наблюдательности. Создание, например, каталога пословиц, поговорок и загадок по темам «Азбука дорожной безопасности», «Огонь друг-огонь враг» и др. способствует развитию познавательного интереса, умению вести исследовательскую деятельность, систематизировать материал, применять его на практике. [25, с 24]

Привлечение подростков к изготовлению инструкций безопасного поведения требует от них умения поиска информации, вычленения главного, построения системы действий. Мотивирует на ответственное отношение не только к своей жизни, но и к жизни других участников образовательного процесса.

Сочетание словесных методов с наглядными оказывает наиболее эффективное воздействие. К наглядным методам относятся: наблюдение, видеоролики, презентации, компьютерные игры, мультфильмы, социальная реклама, экскурсии, брошюры, листовки и др.

Наблюдая за действиями других людей в опасной ситуации, подростки без ущерба для своего здоровья осмысливают ошибки, анализируют и запоминают правильные действия.

Использование видеороликов, мультфильмов, презентаций, социальной рекламы при формировании ценностного отношения к своей безопасности важно, так как подростки воспринимают информацию в таком виде легко, им она понятна, интересна и хорошо запоминается. Привлечение подростков к самостоятельному созданию презентаций, видеороликов, рекламы способствует развитию у них творческих способностей. [32, с 175]

Использование в работе педагогами уже готовых брошюр и листовок и привлечение подростков к данной деятельности развивает познавательный интерес и творческие способности подростков.

Особое место в работе с подростками занимают практические методы. Часто мы знаем правила безопасного поведения, но правильно эти знания использовать не хватает практических навыков. Для формирования умения правильно действовать в опасной, сложной обстановке используются проблемно-поисковые задания. Подросткам необходимо рассмотреть возможные варианты событий, самостоятельно найти выход из опасной ситуации. Важно не только найти выход, но и обсудить возможности избежать данную ситуацию, оценить действия ее участников. [23, с 73]

Использование различных игр (ролевых, деловых, активных, дидактических) помогает педагогу в увлекательной форме донести знания до подростков. Вовлечение подростков в подготовку и организацию таких игр способствует формированию организаторских, коммуникативных, творческих умений, умений обработки и выбора информации, чувства ответственности.

Игровые упражнения, викторины, кроссворды можно включать в учебную деятельность, они помогают лучше освоить материал, разрядить обстановку, способствуют мотивации на изучение предмета.

Подростки очень активны и энергичны, поэтому с удовольствием участвуют в различных соревнованиях и играх. К рекомендуемым играм можно отнести: игру по станциям «Безопасность - это важно», военно-спортивная игра «Зарница», «Безопасное колесо», , и др. [68, с 54]

Благотворно влияют на подростков экскурсии в пожарную часть, на станцию переливания крови, колонию для несовершеннолетних, музей гигиены и т.д. Эти экскурсии способствуют развитию познавательного интереса у учащихся, воспитывают осознанное ценностное отношение к жизни и здоровью.

Неоценимую роль в формировании у подростков безопасного поведения играет привлечение таких специалистов и служб как библиотека, учреждения дополнительного образования, КДН, полиция, МЧС и т.д.

Учитывая психофизиологические особенности подросткового возраста, стремление к самопознанию работу по формированию культуры безопасного поведения целесообразно начинать с тренинга. Подростки с удовольствием принимают участие в тренингах, где пытаются осознать и принять себя, приобрести чувство уверенности в себе, в своих поступках. [21, с 341]

Подростки требуют повышенного к себе внимания, не все намеченное удается реализовать с первого раза, поэтому требуется индивидуальная работа с ребятами. [13, с 51] Необходимо дополнительно мотивировать подростков на участие в мероприятиях по формированию культуры безопасного поведения, используя убеждение, положительные результаты деятельности, личностные особенности каждого.

Основными теоретическими предпосылками формирования безопасного поведения у подростков в России стали:

- Формирование знаний о возможных опасностях и угрозах для здоровья и жизни.
- Развитие навыков принятия решений в сложных и непредсказуемых ситуациях.
- Стимулирование развития эмоционального интеллекта и умения контролировать свои эмоции.
- Формирование у подростков ответственного отношения к собственной безопасности и безопасности окружающих.
- Пропаганда здорового образа жизни и активного образа жизни.
- Развитие коммуникативных навыков и способности к сотрудничеству и взаимопомощи.
- Поддержка и поощрение положительного поведения и примеров безопасного поведения.

Значительную роль в формировании безопасного поведения у подростков играет внеурочная деятельность в школе.

В рамках федерального государственного образовательного стандарта внеклассная деятельность – это образовательная деятельность, направленная на развитие личности, самосовершенствование, воспитание и самообразование. Внеклассная деятельность осуществляется учителями-предметниками и классными руководителями в свободное от уроков время и направлена не только на достижение предметных результатов, запланированных по основному предмету в основном образовании, но и на достижение личностных и метапредметных результатов. [18, с 31]

Посещение внеурочной деятельности является эффективным инструментом для формирования безопасного поведения у подростков. Как правило, такие занятия, учащиеся посещают по интересам, поэтому процессы овладения новой деятельности, а также развития и формирования необходимых качеств проходят наиболее результативно.

Кроме того, внеурочная деятельность способствует развитию социальных навыков, таких как общение, сотрудничество и взаимопомощь, которые также важны для развития безопасного поведения.

Содержание внеурочной деятельности, нацеленной на формирование навыков безопасного поведения подростков, должно быть максимально приближенным к реальной жизнедеятельности, насыщенным различными интерактивными методами (сюжетно-ролевые игры, метод моделирования ситуаций, ситуационные задания и т. д.). Важно, чтобы подросток смог «пропустить» через себя опасную ситуацию, проиграть ее, выбрать наиболее оптимальный выход из нее и быть психологически готовым к ее появлению. [19, с 185]

Мотивировать получение знаний, умений и навыков в области безопасности помогает участие школьников в конкурсах, олимпиадах, зарницах, играх и т.д. данной направленности.

Одним из наиболее популярных таких мероприятий является Всероссийская олимпиада школьников по основам безопасности жизнедеятельности.

В соответствии с Положением о Всероссийской олимпиаде школьников, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 октября 2007 года №286 «Об утверждении Положения о всероссийской олимпиаде школьников», и перечнем общеобразовательных предметов, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 апреля 2008 года №134 «Об утверждении перечня общеобразовательных предметов, по которым проводится всероссийская олимпиада школьников», с 2009 года Всероссийская олимпиада школьников по основам безопасности жизнедеятельности ежегодно проводится по инициативе и под эгидой Министерства образования и науки Российской Федерации и является наиболее представительным и авторитетным форумом творческой и инициативной молодежи, обучающейся в общеобразовательных учреждениях России. [20, с 46]

Основными целями Олимпиады по ОБЖ являются:

- выявление и развитие у обучающихся творческих способностей и интереса к научно-исследовательской деятельности в области безопасности жизнедеятельности, создание необходимых условий для поддержки одаренных детей, пропаганда научных знаний по проблемам безопасности и защиты личности, общества, государства;
- пропаганда и популяризация среди молодежи здорового и безопасного образа жизни; ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; уважения к героическому наследию России, ее государственной символике; патриотизма и чувства долга по защите Отечества.

Основные задачи Олимпиады по ОБЖ:

- определение уровня теоретической и практической подготовленности участников Олимпиады, обеспечивающей успешные действия при решении вопросов личной и общественной безопасности, умений оказания само- и взаимопомощи, систематизировать знания по

вопросам безопасности жизнедеятельности и эффективно применять их в повседневной жизни;

- развитие бдительности, осмотрительности, разумной осторожности и педагогической ориентированности (установки) на выявление и принятие во внимание различных негативных факторов при оценке угроз и опасностей;

- совершенствование правового, нравственного, экологического и экономического понимания задач безопасности жизнедеятельности;

- формирование общественного мнения в поддержке всероссийской олимпиады школьников по ОБЖ и вовлечения в нее возможно большего числа обучающихся образовательных организаций Российской Федерации.

Программа проведения олимпиады предусматривает проведение теоретического и практического тура. Теоретический тур – это выполнение теоретических и тестовых заданий по темам, касающихся области обеспечения личной безопасности в повседневной жизни, обеспечения личной безопасности в чрезвычайных ситуациях, государственной системы обеспечения безопасности населения, основам обороны государства и воинской обязанности, оказания первой медицинской помощи, ликвидации последствий пожарной опасности и химического заражения местности.

А задания практического тура позволяют ребятам продемонстрировать умения и навыки, определить уровень индивидуальной подготовленности в выполнении приемов первой медицинской помощи, по выживанию в условиях природной среды, по действиям в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, а также по основам военной службы.

Характерная черта олимпиады по ОБЖ – это не только просветительский и воспитательный, но и обучающий характер. Школьники учатся собирать и анализировать информацию, самостоятельно



исследовать проблемные ситуации, формулировать проблемы, закрепляют навыки самостоятельной познавательной деятельности.

Междисциплинарный, комплексный характер содержания образования по ОБЖ помогает учащимся на практике осуществлять межпредметные связи, формируя научное, системное мировоззрение. На олимпиаде школьники соревнуются в эрудированности, осведомленности в различных отраслях науки, связанных с вопросами личной, общественной и государственной безопасности.

Задания олимпиад требуют углубленного знания предмета, зачастую и нетривиальных решений, особого творческого подхода, умения нестандартно мыслить. Когда у людей горит олимпиадный огонь в душе, вот тогда все получится. Надо быть увлеченным. [33, с 209]

Критерии успешной подготовки учащихся к олимпиадам следующие:

- Углубленные знания в области безопасности, а также других предметов (физики, истории, биологии, информатики, химии).
- Навыки применения теоретических знаний на практике.
- Понимание процессов и законов в области безопасности.
- Способность работать в команде.
- Уверенность в себе и мотивация к успеху

## Выводы по первой главе

Наиболее подвержены влиянию различных негативных факторов среды, риску столкновения с опасными ситуациями подростки. Они и сами являются источником опасности, так как стремление приобрести новый для себя опыт, доказать свою взрослость проявляется в их неоправданно рискованных поступках. В то же время подростковый возраст является наиболее сенситивным для активного и сознательного усвоения норм и правил безопасного поведения. Именно этот возрастной период, на наш взгляд, является оптимальным и важным для формирования готовности к безопасному поведению в повседневной жизни.

Формирование безопасного поведения – одна из частей педагогического процесса, которая помогает сформировать личность, готовую действовать в непредвиденных (а также опасных и экстремальных) условиях. Личность, стремящуюся к постоянному самосовершенствованию и исполнению новых возможностей. В качестве такого компонента в учебном процессе обычно выступает тот или иной учебный курс.

Если в педагогическом процессе осуществляется систематическая превентивная работа к предупреждению и преодолению вредных и опасных факторов жизнедеятельности на уроках химии, физики, физической культуры, биологии, информатики и др, то это способствует повышению уровня безопасности учащихся, понижает вероятность неблагоприятных, вредных последствий от воздействия внешних факторов и от их собственной жизнедеятельности. Именно в этом и заключается закономерность педагогического процесса по формированию безопасного поведения у подростков.

Во время проведения образовательного процесса необходимо на каждом уроке учебного плана уделять внимание формированию безопасного поведения. Необходимо использовать возможности уроков как системы по формированию культуры безопасного поведения.

С целью повышения познавательной активности на уроках использовать презентации, видеоролики, мультфильмы по формированию безопасного поведения, компьютерные игры. Для подростков интересна и эффективна проектная деятельность. Подросток приобретает опыт творчества, умения работать с информацией.

Особое внимание следует уделить внеклассной деятельности по формированию у подрастающего поколения сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности, готовности к безопасному поведению. Работа по формированию культуры безопасности будет эффективна, если использовать различные методы.

При формировании культуры безопасного поведения рассказ педагога должен быть эмоциональный, затрагивать чувства учащихся. Можно использовать отрывки из произведений, собственных ситуаций, как наглядный пример.

Особое место в работе с подростками занимают практические методы. Часто мы знаем правила безопасного поведения, но правильно эти знания использовать не хватает практических навыков. Благоприятно влияют на подростков экскурсии в пожарную часть, на станцию переливания крови, колонию для несовершеннолетних, музей гигиены и т.д.

Исследования также показывают, что обучение подростков безопасному поведению и отработке действий при разных чрезвычайных ситуациях эффективно помогает справляться с опасными ситуациями и сохранять спокойствие в повседневной жизни.

Поэтому для повышения эффективности обучения необходимо включать в программу обучения практические занятия и моделирование чрезвычайных ситуаций. Такие формы обучения помогут подросткам лучше подготовиться к возможным опасным ситуациям.

## **ГЛАВА 2. ОПЫТНО - ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОЦЕССА ФОРМИРОВАНИЯ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ**

### **2.1 Цель, задачи и организация экспериментального исследования**

Экспериментальная часть нашего исследования включала в себя три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный эксперименты.

Главной целью констатирующего этапа эксперимента стало – выявление уровня сформированности культуры безопасного поведения у учащихся восьмых классов МАОУ «Гимназия № 80 г. Челябинска».

В экспериментальную группу вошли учащиеся 8-2 класса в составе 11 человек. Контрольную группу составили учащиеся 8-1 класса в составе 12 человек. Результаты данного этапа эксперимента были учтены при работе на следующем этапе исследования.

Контрольная группа занималась по программе внеурочной деятельности по Основам безопасности жизнедеятельности для обучающихся 8-9 классов разработанной и утвержденной ранее на базе данной образовательной организации. Экспериментальная группа занималась по разработанной нами модифицированной программе внеурочной деятельности «Олимп безопасности».

В процессе формирующего эксперимента была организована работа по реализации модифицированной программы внеурочной деятельности по основам безопасности жизнедеятельности «Олимп безопасности». Данная программа включает в себя интерактивные задания, авторские разработки, инновационные формы работы с подростками 14-16 лет по формированию безопасного поведения.

Главной целью контрольного этапа исследования стало проанализировать результаты эксперимента и сделать выводы.

В ходе исследования были отобраны методики диагностики для констатирующего этапа. Выбор диагностического инструментария и отбор

критериев и показателей уровня безопасного поведения у учащихся осуществлялся на основе работ Т. Д. Дубовицкой, С.Шварца, В. И. Моросанова (ССП-98), а также авторских тестов соответствующей тематики.

## 2.2 Диагностика уровня сформированности безопасного поведения у подростков

Для определения уровня сформированности безопасного поведения у подростков мы выявили несколько основных критериев (представлены в таблице 1).

Таблица 1 – Диагностическая карта эксперимента

Критерии	Показатели
Мотивационный	Мотивация к безопасному поведению, самоподготовка в области безопасности
Интеллектуальный	наличие знаний о возможных опасностях окружающей среды, правилах и способах безопасного взаимодействия со средой
Практический	умения и навыки безопасного поведения; – опыт реализации названного поведения
Саморегуляционный	умения осуществлять эмоционально-волевую регуляцию поведения, планировать и контролировать свои действия, принимать решения
Оценочно-рефлекторный	умения осуществлять оценку и рефлекссию своего поведения

Опираясь на данные показателей, мы выделили несколько уровней по каждому из критериев: недопустимый, критический, достаточный и оптимальный (таблица 2).

Таблица 2 – Уровни оценки диагностирования результативности

Критерий	недопустимый	критический	достаточный	оптимальный
Мотивационный	Потребность в обеспечении безопасности не является личностно значимой; присутствует стремление к саморазрушению	Налицествует стремление к преодолению опасности; мотивация к подготовке и самосовершенствованию в области безопасного поведения отсутствует	Доминирует внешняя мотивация к подготовке к безопасному поведению	Преобладает внутренняя мотивация к подготовке и самосовершенствованию в области безопасного поведения
Интеллектуальный	Отсутствуют знания о возможных опасностях, правилах безопасного поведения в повседневной жизни	Знания о способах безопасного поведения носят бессистемный отрывочный характер	Разносторонние знания о способах безопасного взаимодействия с окружающей средой	Системные, глубокие и прочные знания в области безопасного поведения
Практический	Отсутствие умений безопасного поведения; наличие опасных тенденций в поведении	Владение умениями безопасного поведения в стандартной ситуации; выполнение действий по алгоритму; реализация безопасного	Владение умениями безопасного поведения в измененных условиях; поиск различных способов выполнения действий;	Владение умениями безопасного поведения в нестандартной ситуации; творческая разработка новых способов безопасного

Критерий	недопустимый	критический	достаточный	оптимальный
		поведения периодическая	реализация безопасного поведения в повседневной жизни	поведения; постоянная реализация безопасного поведения
Саморегуляцион ный	Отсутствие способности планирования и контролирован ия своего поведения, адекватного реагирования на опасную ситуацию	Неустойчивост ь целей поведения; недостаточная разработанност ь последовательн ости выполнения действий; несамостоятель ность, неуверенное импульсивное поведение в опасной ситуации	Планирование тактики безопасного поведения; стремление к самостоятельно сти; способность гибко изменять программу действий при изменении условий	Планирование стратегии безопасного поведения; высокая степень самостоятельно сти; способность быстро и адекватно реагировать на изменение условий и принимать решение
Оценочно- рефлекторный	Отсутствие критичности и оценки своего поведения	Слабо выраженные рефлексия и оценка своего поведения, способность к анализу и оценке опасных ситуаций	Адекватная оценка ситуации и своего поведения в ней, быстрое принятие решения	Устойчивость процессов оценивания в экстремальной ситуации, коррекция своего поведения

Изначальный уровень сформированности безопасного поведения у подростков исследовался на констатирующем этапе в сентябре 2020 года.

По каждому из сформулированных критериев была подобрана диагностическая методика и определен уровень сформированности безопасного поведения.

Методика 1. Для выявления выраженности мотивационного критерия мы изучили уровень внутренней мотивации к подготовке и самоподготовке к безопасному поведению. Для этого использовали тест-опросник «Как вы относитесь к изучению безопасному поведению», основанный на методике Т. Д. Дубовицкой по диагностированию направленности учебной мотивации (Приложение 2). Цель данного теста – выявление направленности и уровня развития внутренней мотивации учебной деятельности учащихся при изучении ими курса «Основы безопасности жизнедеятельности».

Методика состоит из 20 суждений и предложенных вариантов ответа. Ответы в виде плюсов и минусов записываются либо на специальном бланке, либо на простом листе бумаги напротив порядкового номера суждения. Обработка производится в соответствии с ключом.

Для определения уровня внутренней мотивации были использованы следующие нормативные границы:

- 0–5 баллов – недопустимый уровень внутренней мотивации;
- 6–10 баллов – критический уровень внутренней мотивации;
- 11–15 баллов – достаточный уровень внутренней мотивации;
- 16–20 баллов – оптимальный уровень внутренней мотивации.

По результатам диагностики выяснилось, что в контрольной группе больше всего учащихся имеют достаточный уровень мотивации к изучению безопасному поведению – 42%, столько же подростков имеют недопустимый (1 человек) и критический (4 человека) уровни. Всего лишь 2 человека (17%) показали оптимальный уровень внутренней мотивации.

В экспериментальной группе большинство имеют критический уровень – 36%, у 27% учащихся доминирует внешняя мотивация, 18% учащихся имеют недопустимый уровень. Так же, как и в контрольной



группе, оптимальный уровень мотивации показали 2 человека (18%), что видно на рисунке 1.

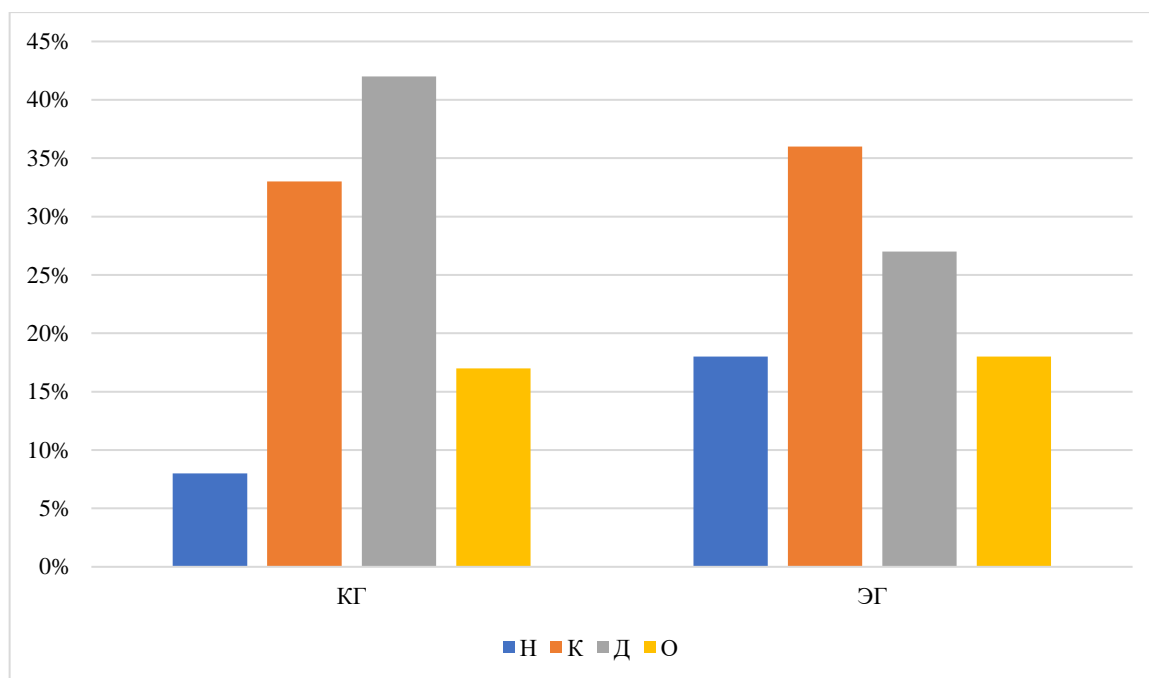


Рисунок 1 – Результаты уровня сформированности мотивационного критерия безопасного поведения у подростков в начале эксперимента

В целом учащиеся показали средний результат по уровню внутренней мотивации к изучению безопасному поведению. Многие подростки ответили положительно на такие вопросы теста как «На занятиях по данному предмету у меня часто бывает такое состояние, когда «совсем не хочется учиться», «В изучении данного предмета мне достаточно тех знаний, которые я получаю на занятиях», «Если я плохо подготовлен к уроку, то особо не расстраиваюсь и не переживаю.»

Но, не смотря на результаты, 90% учащихся обеих групп положительно ответили на вопрос «Считаю, что все знания по данному предмету являются ценными и по возможности нужно знать по данному предмету как можно больше».

Методика 2. Для определения уровня теоретических знаний о возможных опасностях окружающей среды учащиеся выполнили авторский тест (Приложение 1). Данная диагностика включала 15 вопросов с выбором

ответа. В тестирование вошли темы из курса основ безопасности жизнедеятельности о правилах и способах оказания первой помощи, поведении при чрезвычайных ситуациях природного характера, знаниях здорового образа жизни, причинах чрезвычайных ситуаций техногенного характера, правилах дорожного движения и др.

Чтобы рационально оценить уровень интеллектуального критерия исследования, нами были использованы следующие нормативные границы:

- 0–6 баллов – недопустимый уровень;
- 7–9 баллов – критический уровень;
- 10–12 баллов – достаточный уровень;
- 13–15 баллов – оптимальный уровень.

В результате диагностики выяснилось, что половина подростков контрольной группы показали критический уровень знаний по данному критерию, 33% – достаточный уровень и 17% – недопустимый.

В экспериментальной группе 27% – недопустимый уровень, 45% – критический и 27% – допустимый (рисунок 2).

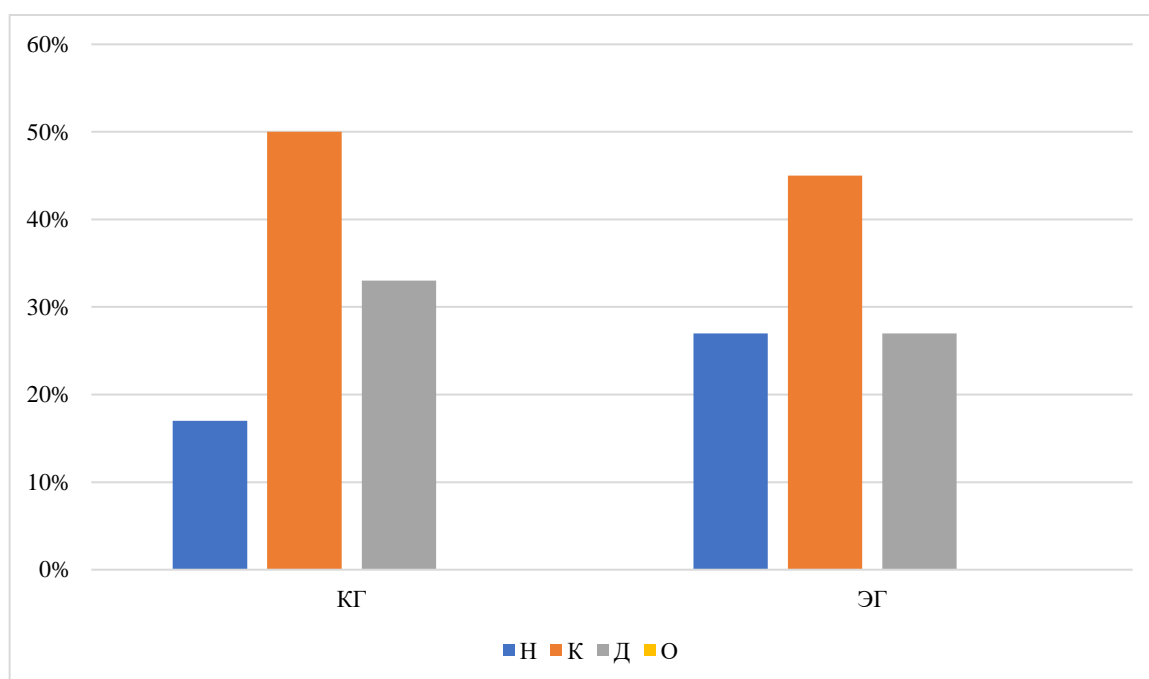


Рисунок 2 – Результаты уровня сформированности интеллектуального критерия безопасного поведения у подростков в начале эксперимента

Наиболее затруднительными вопросами стали: «Минимальная толщина льда, по которой можно безопасно передвигаться человеку», «Какие действия необходимо предпринять в случае нахождения за рулем в условиях плохой видимости?», «Укажите ВЕРНОЕ утверждение о причинах землетрясений», «Если пострадавший от утопления находится в бессознательном состоянии, первым делом необходимо», «Что относится к способам временной остановки капиллярного и венозного кровотечения?», «На какое время накладывают жгут?».

Мы предполагаем, что ошибки, допущенные в тестировании, были по тем темам, которые не встречались ранее в курсе смежных предметов.

Методика 3. Для определения уровня практического критерия сформированности безопасного поведения, мы разработали пять ситуационных задач и три практических задания. За верное описание алгоритма действий в предложенных чрезвычайных ситуациях ситуационных задач учащийся максимум может получить 40 баллов (по 8 баллов за каждую задачу). Также за быстрое и правильное выполнение практических заданий учащийся может получить максимум 60 баллов (по 20 баллов за каждое задание). Максимальная оценка – 100 баллов.

Опираясь на эти данные, мы определили следующие нормативные границы:

- 0–50 баллов – недопустимый уровень;
- 51–59 баллов – критический уровень;
- 60–79 баллов – достаточный уровень;
- 80–100 баллов – оптимальный уровень

Ситуационные задачи для диагностирования практического критерия безопасного поведения у подростков:

1. Представьте, что вы включили электрический чайник и вышли из комнаты, потому что отвлеклись на телефонный звонок. Когда вернулись, увидели сильное задымление, горящие чайник и бумаги на столе. Опишите ваши действия.

Таблица 3 – Перечень возможных ошибок в задаче № 1

№	Перечень ошибок приводящих к начислению штрафных баллов	Штраф (баллы)
1	Вынуть вилку из розетки электрического предмета (источника возгорания)	2
2	Вызвать пожарную охрану (101)	2
3	Попытаться самостоятельно потушить пламя огнетушителем, накрыть электроприбор плотной тканью, засыпать землей из горшка	2
4	В случае, если огонь не потушен на начальной стадии, нужно закрыть плотно дверь, эвакуироваться на улицу и предупредить соседей	2
Максимальная оценка:		8

2. Вы заходите на кухню и видите, что на плите содержимое сковороды, в которой что-то жарилось, горит открытым пламенем. Ваши действия.

Таблица 4 – Перечень возможных ошибок в задаче № 2

№	Перечень ошибок приводящих к начислению штрафных баллов (не отмечено в алгоритме)	Штраф (баллы)
1	Перекрыть газовый вентиль	4
2	Накрыть сковородку крышкой (мокрой плотной тканью, засыпать землей из горшка, сахаром, солью или другими сыпучими веществами)	4
Максимальная оценка:		8

3. Предположим, вы отправились на концерт вашей любимой группы. Кто-то стал кричать, что в помещении пожар. Началась паника. Толпа ринулась к выходам. Как не стать жертвой толпы?

Таблица 5 – Перечень возможных ошибок в задаче № 3

№	Перечень ошибок приводящих к начислению штрафных баллов (не отмечено в алгоритме)	Штраф (баллы)
1	Не цепляйтесь ни за что руками – их могут сломать	2
2	Если есть возможность, застегнитесь, выбросите сумку, зонтик и т. д.	2

3	Защитите диафрагму сцепленными в замок руками, сложив их на груди. Еще один прием – упруго согнуть руки в локтях и прижать их к корпусу. Толчки сзади надо принимать на локти, диафрагму защищать напряжением рук	2
4	Если вы упали, согнитесь в коленях и поднимайтесь быстрым рывком	2
Максимальная оценка:		8

4. Возвращаясь поздно вечером домой от друга, вы заметили подозрительного человека, идущего за вами. Какими будут ваши действия?

Таблица 6 – Перечень возможных ошибок в задаче № 4

№	Перечень ошибок приводящих к начислению штрафных баллов (не отмечено в алгоритме)	Штраф (баллы)
1	Перейти на другую сторону улицы, поменять резко маршрут, попытаться уйти от преследования	2
2	Позвонить домашним, попросить, чтобы вас встретили, сообщить свое местонахождение	2
3	Выбирать для маршрута более людные улицы, зайти в ближайший магазин. Попросить прохожих проводить до дома	2
4	В случае нападения привлечь внимание прохожих криками о помощи, самообороняться	2
Максимальная оценка:		8

5. Вы сидите дома или на службе и вдруг чувствуете слабый толчок. Что это? Наверное, в соседней комнате кто-то уронил что-то тяжелое или на улице в стену дома врезался автомобиль – предполагаете вы. Толчки нарастают. Лопнуло, посыпалось со звоном оконное стекло. Полетели с полок книги, самопроизвольно отъехал от стены тяжелый шкаф. А вот уже, раздирая обои и штукатурку, поползли по стенам трещины, зашатался, запрыгал под ногами пол. Вы понимаете, что это – \_\_\_\_\_. Ваши действия?

Таблица 7 – Перечень возможных ошибок в задаче № 5

№	Перечень ошибок приводящих к начислению штрафных баллов (не отмечено в алгоритме)	Штраф (баллы)
1	Не заполнен/ неверно заполнен пропуск «Землетрясение»	2
2	Быстро выйдите из здания, взяв документы, деньги и предметы первой необходимости. Покидая помещение, спускайтесь по лестнице, а не на лифте	2
3	Оказавшись на улице – оставайтесь там, но не стойте вблизи зданий, а перейдите на открытое пространство.	2
4	Если выйти на улицу невозможно, то займите положение у несущей стены, пригнитесь, защитите голову, спрячьтесь под стол.	2
Максимальная оценка:		8

Время, отведенное на решение ситуационных задач, составляет 30 минут.

Практические задания для диагностирования практического критерия безопасного поведения у подростков:

#### Задание 1. Преодоление зоны химического заражения

Условия: На исходном рубеже находятся общевойсковой защитный комплект ОЗК и гражданский противогаз (ГП-5 или ГП-7). На расстоянии 2-х метров от исходного рубежа обозначена указателем «зона заражения», представляющая коридор (длинной не менее 10 м. и шириной 1,5 м.), внутри которого по всей длине установлены сдвоенные гимнастические скамейки.

Необходимое оборудование и материалы: общевойсковой защитный комплект (ОЗК) – не менее 2 компл.; гражданский противогаз (фильтрующий) ГП-5 или ГП-7; гимнастические скамейки – не менее 10 шт.; указатель «зона заражения» – 1 шт.; клейкая лента («волчатник») для обозначения зоны заражения – не менее 25 м.; секундомер – 1 шт.

Таблица 8 – Перечень возможных ошибок в задании № 1

№	Перечень ошибок приводящих к начислению штрафных баллов	Штраф (баллы)
1	Ошибки при надевании общевойскового защитного комплекта ОЗК:	
	за каждый не застёгнутый шпенец	3
	чулки не закреплены на поясном ремне	3
2	Ошибки при надевании гражданского противогаза:	
	открыты глаза	2
	не задержано дыхание	2
	после надевания противогаза не сделан резкий выдох	2
	перекос шлем-маски противогаза	2
3	Срыв с препятствия (касание пола двумя ногами)	4
4	Срыв с препятствия (касание пола одной ногой)	3
5	За каждое нарушение последовательности снятия средств индивидуальной защиты	3
6	Закончилось контрольное время	20

Оценка задания. Максимальная оценка – 20 баллов. Контрольное время – 10 минут

Задание 2. Оказание первой помощи пострадавшему.

Условия: на земле лежит пострадавший, который кричит от боли, у ноги пострадавшего образовалась большая лужа крови. Отсутствует возможность вызвать спасательные службы. Необходимо оказать первую помощь пострадавшему в соответствии с характером повреждений соблюдая требования перечня мероприятий по оказанию первой помощи (приказ Минздравсоцразвития России от 4 мая 2012 г. № 477н). Повязку на рану не накладывать.

Таблица 9 – Перечень возможных ошибок в задаче № 2

№	Перечень ошибок приводящих к начислению штрафных баллов	Штраф (баллы)
1	Не выполнена оценка обстановки (не выполнен осмотр места происшествия и/или не произнесено: «Обстановка безопасна» или иное, не искажающее смысла)	5
2	Своевременно не остановлено артериальное кровотечение из бедренной артерии (исчез пульс на сонной артерии)	20
3	Не надеты перчатки медицинские (до проведения манипуляции)	4
4	Жгут наложен на голое тело	5
5	Не указано время наложения жгута	7
6	Не оказана психологическая поддержка (с пострадавшим не разговаривали)	3
7	Закончилось контрольное время	20

Оценка задания: Максимальная оценка – 20 баллов. Контрольное время – 5 минут

Задание 3. Определение азимута на объект с помощью компаса.

Условия: Определить с помощью судейского компаса азимут на указанные членом жюри 2 объекта. Азимут определяется с точностью равной цене деления поворотной шкалы компаса. Необходимое оборудование и материалы: судейский компас. Алгоритм выполнения задания: 1. Участник на исходном положении получает у учителя компас. 2. Определяет по компасу азимут на указанные членом жюри 2 объекта. 3. Сообщает учителю результаты определения азимута.

Таблица 10 – Перечень возможных ошибок в задании № 3

№	Перечень ошибок и погрешностей	Штраф
1	За ошибку от 5 до 10 градусов	4
2	За определенный верно только один азимут	10
3	За ошибку свыше 10 градусов	20
4	Закончилось контрольное время	20



Оценка задания: Максимальная оценка – 20 баллов. Контрольное время – 5 минут

По результатам диагностики, в контрольной группе половина испытуемых показали критический уровень умений и навыков. Также 33% подростков показали недопустимый уровень, 8% – достаточный.

В экспериментальной группе 45% школьников показали недопустимый уровень, 27% – критический, 18% – достаточный.

Оптимальный уровень практического критерия показали всего 2 человека из обеих групп. Также стоит отметить, что и эти учащиеся набрали 82 и 84 балла из 100 возможных – это ближе к нижней границе оптимального уровня (рисунок 3).

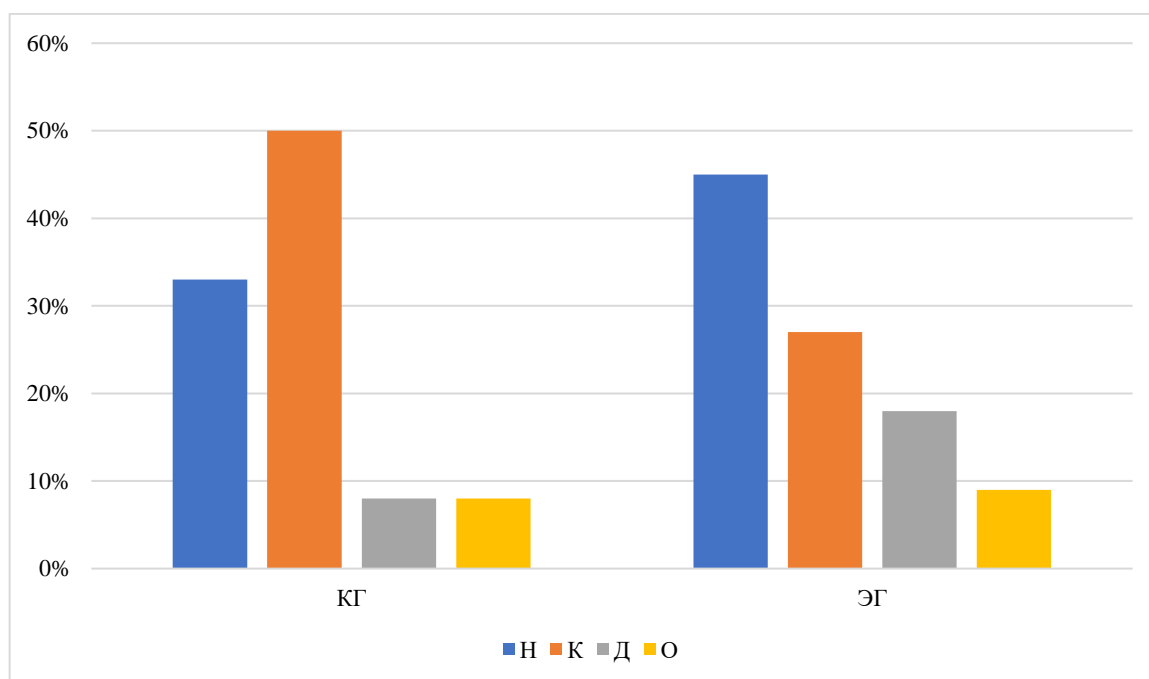


Рисунок 3 – Результаты уровня сформированности практического критерия безопасного поведения у подростков в начале эксперимента

Большинство неточностей было в решениях ситуационных задач № 3, 4, 5. Возможно, это связано с тем, что школьники не встречали данный материал в курсе «Основ безопасности жизнедеятельности», а самостоятельным изучением не занимались. В практических заданиях больше всего ошибок было при надевании общевойскового защитного

комплекта ОЗК и гражданского противогаза, а также при определении азимута на объект с помощью компаса.

В практическом задании № 2 «Оказание первой помощи пострадавшему» учащиеся чаще всего теряли баллы при невыполнении оценки обстановки и неоказании психологической помощи пострадавшему.

Методика 4. Уровень сформированности саморегуляции, а также выявление результатов оценочно-рефлекторного критерия определялись по таким шкалам, как моделирование, программирование, планирование, оценивание результатов, гибкость и самостоятельность. Перечисленные показатели содержит опросник «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В. И. Моросановой. Опросник содержит 46 высказываний, на каждое из которых надо дать один из возможных ответов. В целом данная методика работает как единая шкала «Общий уровень саморегуляции», которая оценивает общий уровень сформированности индивидуальной системы, осознанной саморегуляции произвольной активности человека.

Для определения саморегуляционного критерия мы пользовались следующими нормативными границами:

- 0–15 баллов – недопустимый уровень;
- 16–23 баллов – критический уровень;
- 24–32 баллов – достаточный уровень;
- 33–46 баллов – оптимальный уровень

По результатам опросника, в контрольной группе 17% опрошенных обладают оптимальным и 75% достаточным уровнем саморегуляции. Эти подростки планируют тактику безопасного поведения, у них высока или в приоритете степень самостоятельности, они способны гибко и адекватно реагировать на изменения, происходящие в окружающей среде. 8% (1 человек) показал критический уровень саморегуляции, что свидетельствует о возможном неустойчивом и импульсивном поведении в опасной ситуации.

В экспериментальной группе 73% опрошенных обладают достаточным уровнем саморегуции и 27% – оптимальным (рисунок 4).

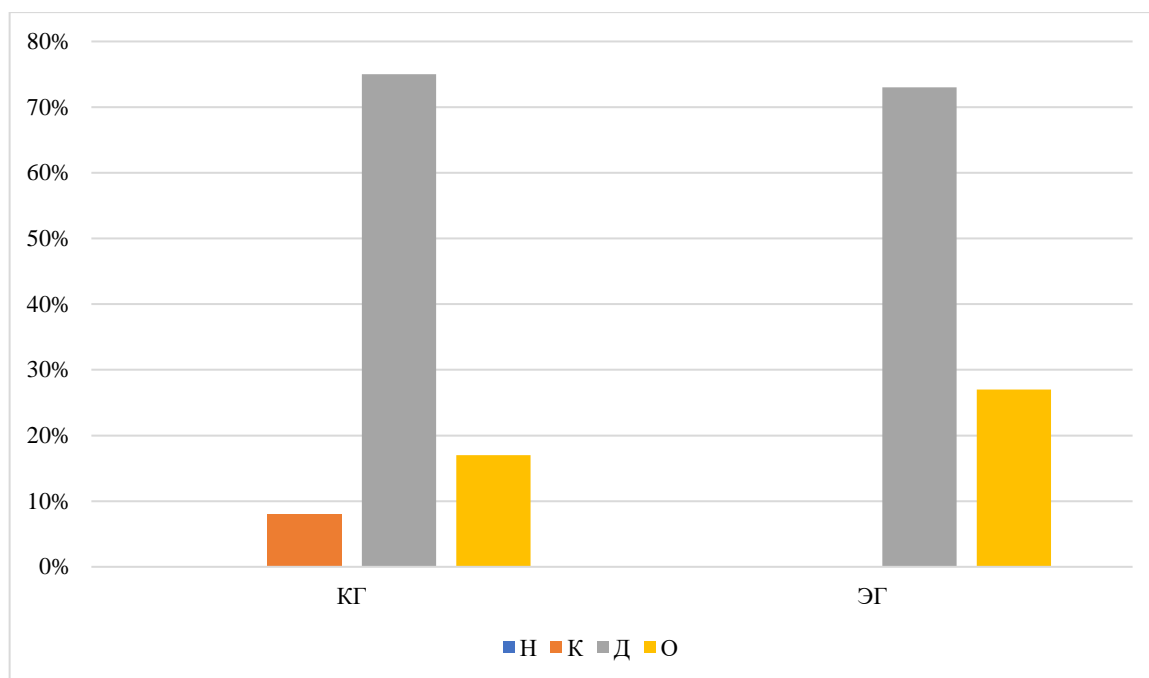


Рисунок 4 – Результаты уровня сформированности саморегуляционного критерия безопасного поведения у подростков в начале эксперимента

Для определения уровня оценочно-рефлекторного критерия исследования мы использовали показатели шкалы «Оценка результатов» опросника «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В. И. Моросановой. Шкала «Оценивание результатов» характеризует индивидуальную развитость и адекватность оценки испытуемым себя и результатов своей деятельности и поведения.

В контрольной группе у 67% учащихся – достаточный уровень, а у 33% – оптимальный. В экспериментальной группе 82% опрошенных имеют достаточный и 18% – оптимальный уровни оценочно-рефлекторного критерия, это видно на рисунке 5.

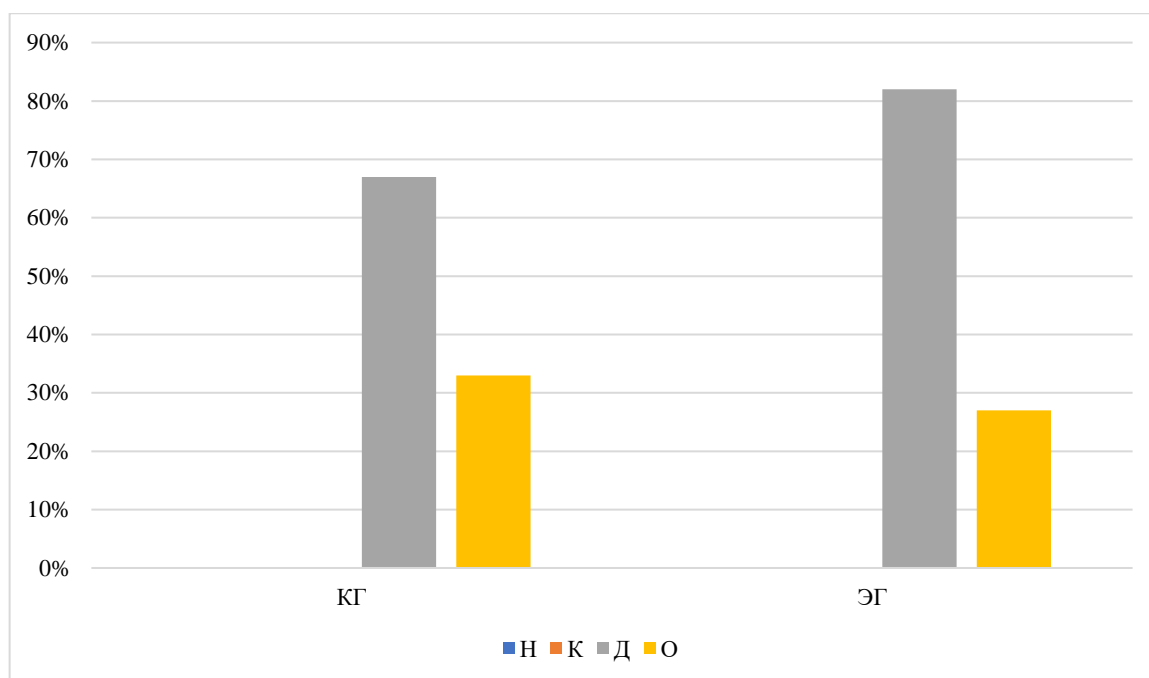


Рисунок 5 – Результаты уровня сформированности оценочно-рефлекторного критерия безопасного поведения у подростков в начале эксперимента

Высокие показатели по этой шкале свидетельствуют о развитости и адекватности самооценки, сформированности и устойчивости субъективных критериев оценки результатов. Человек адекватно оценивает, как сам факт рассогласования полученных результатов с целью деятельности, так и приведшие к нему причины, гибко адаптируясь к изменению условий.

Уровень сформированности безопасного поведения определялся следующим образом:

- готовность не сформирована, если хотя бы один из компонентов относится к недопустимому уровню;
- уровень готовности можно определить, как критический, достаточный или оптимальный в соответствии с тем, на каком из них сформированы преимущественно компоненты.

Таким образом, мы выявили уровень сформированности безопасного поведения у подростков на констатирующем этапе исследования. Расчеты

показали, что в контрольной группе 25% учащихся имеют недопустимый уровень сформированности безопасного поведения, 42% – критический, 25% – достаточный и 8% – оптимальный (рисунок 6).

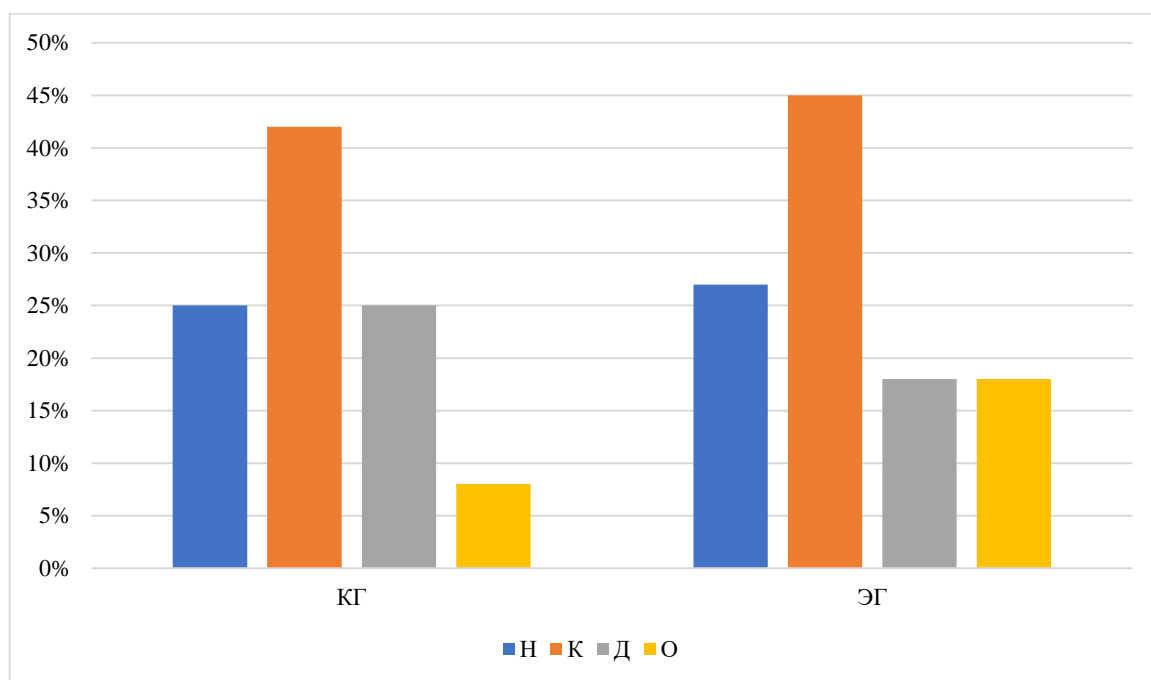


Рисунок 6 – Результаты общего уровня сформированности безопасного поведения у подростков в начале эксперимента

В экспериментальной группе ситуация аналогична: 27% учащихся имеют недопустимый уровень сформированности безопасного поведения, 45% – критический, 18% – достаточный и 9% – оптимальный.

Результаты проведенного обследования подростков позволили сделать следующие выводы:

1. Подростки обладают спонтанно сформировавшимся определенным уровнем безопасного поведения в повседневной жизни. В таких условиях значительная их часть подвержена опасному поведению.
2. Выявленная ситуация актуализирует теоретическую и практическую потребность в создании программы обучения безопасному поведению.

## 2.3 Разработка и реализация программы внеурочной деятельности «Олимп безопасности»

Формирующий этап эксперимента осуществлялся с октября 2020 года по май 2022 года и был посвящен внедрению программы курса внеурочной деятельности «Олимп безопасности».

Программа представлена в приложении 3.

Главной целью программы является формирование безопасного поведения у подростков.

Задачи программы:

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; их влиянии на безопасность личности, общества и государства; о здоровье человека и здоровом образе жизни (ЗОЖ), об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

2. Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.

3. Овладение умениями оценивать возникающие ситуации, опасные для жизни и здоровья; умело действовать в ЧС; оказывать ПМП пострадавшим.

4. Развивать умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников.

Данная программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования и Примерной основной образовательной программой основного общего образования к завершённой предметной линии учебников В. Н. Латчука, В. В. Маркова, М. И. Кузнецова и др. Учебники по основам безопасности жизнедеятельности к линии УМК Латчука В.Н. прошли

экспертизу, включены в Федеральный перечень и обеспечивают освоение образовательной программы основного общего образования.

Программа «Олимп безопасности» разработана для 8–9 классов. Возраст участников – 14-16 лет. Занятия проводились 1 раз в неделю по одному академическому часу. В 8 классе – 34 часа, в 9 классе – 34 часа в год. Всего - 68 часов. Место проведения варьировалось, в зависимости от тематики: учебный класс, спортивный зал, спортивная площадка, пришкольная территория.

Программа предусматривает формирование у обучающихся безопасного поведения, а также общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности.

На занятиях использовались разнообразные методы: практические, словесные, наглядные. Программа также предусматривает использование как индивидуальных, так и групповых и коллективных форм обучения.

В содержание программы входят следующие разделы: в 8 классе - «Правила дорожного движения», «Медиабезопасность», «Оказание первой помощи», в 9 классе – «Чрезвычайная ситуация: классификация, виды, правила поведения», «Образ жизни подростка», «Автономное пребывание человека в природной среде».

В каждом разделе использовались разнообразные нетрадиционные формы занятий.

Например, в 8 классе в разделе «Правила дорожного движения» для закрепления темы «Регулирование движения транспортных средств» учащимся были предложены авторские интерактивные упражнения созданные с помощью платформы LearningApps.org. Данная платформа создана для поддержки обучения и преподавания с помощью небольших общедоступных интерактивных модулей (упражнений). Данные упражнения создаются онлайн и в дальнейшем могут быть использованы в образовательном процессе. Для создания таких упражнений на сайте

предлагается несколько шаблонов (упражнения на классификацию, тесты с множественным выбором и т. д.). Данные упражнения не являются законченными учебными единицами и должны быть интегрированы в сценарий обучения.

Для большего интереса на занятии использовалась интерактивная доска, на которой учащиеся выполняли задания, обсуждая свои ответы.

Также, изучая тему «Правила поведения при ДТП. Оказание пострадавшим первой доврачебной помощи», подростки отработали практические знания первой помощи. С большей частью особенностей оказания помощи пострадавшим в дорожно-транспортном происшествии ребята не были знакомы ранее. Работа была организована с манекеном.

При изучении темы «Дорожные знаки. Классификация и значение. Дорожная разметка и ее характеристика» была использована платформа LearningApps.org. Интерактивные задания «ЗНАКИ», учащиеся выполнили после теоретического знакомства с классификацией, названиями дорожных знаков, а также особенностями дорожной разметки. Упражнения заключались в поиске соответствий знака и его названия, знака и его категории, а также теста на знание дорожной разметки. На занятии использовалась интерактивная доска, на которой учащиеся выполняли задания, обсуждая свои ответы.

На занятии «Правила поведения участников дорожного движения. Дорожная этика» ребята решали ситуационные задачи «Колесо заданий», где должны были определить очередность проезда перекрестка имеющегося транспорта, учитывая особенности дорожных знаков, разметки, а также ситуации в целом. Большинство подростков без особого труда верно руководствовались правилами дорожного движения, изученными ранее. Наиболее частыми ошибками в ответах были задачи, где присутствовали виды общественного транспорта: автобусы, троллейбусы, трамваи.

Изучая тему «Могут ли вирусы воздействовать на аппаратуру ПК?» в разделе «Медиабезопасность», учащиеся работали с таблицей. Таблица



содержала пропуски, который требовалось заполнить. Информацию по классификации и особенностям вирусных и антивирусных программ ребята искали в сети интернет, а также в учебниках и пособиях по информатике.

Некоторым учащимся данный вид работы был скучным по причине того, что данную тему они ранее изучили на занятиях по информатике или самостоятельно.

Также в изучении данного раздела были организованы дебаты «Виртуальная зависимость и пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам. Что делать и нужно ли что-то делать?». Учащиеся разделились на две команды, позиции которых различались в рамках предложенной темы. Команды предварительно подготовили свои аргументы, вопросы противоположной команде, выбрали своих спикеров.

Данный формат заинтересовал учащихся и замотивировал к изучению темы. Подростки с увлечением доказывали свою точку зрения, отвечали на вопросы соперников. В конце занятия была проведена рефлексия, команды высказали наиболее весомые аргументы соперника, подведены итоги учителем, выявлены как минусы, так и плюсы виртуального общения, а также были обсуждены действия в случае возникновения пристрастия к подобному роду общения.

Не менее оживленно была изучена и обсуждена тема «Игровая зависимость как навязчивое увлечение компьютерными играми по сети». Работа была организована в группах. В начале занятия учащимся был задан вопрос: «Вы за или против компьютерных игр?». Исходя из ответов, ребята разделились на группы. 5 человек высказались против компьютерных игр, и 7 человек – за. Работа групп заключалась в противоположной работе их мнению. Учащимся первой группы (против) нужно было определить, как можно больше плюсов данного увлечения, а также ответить на вопросы: «Какие положительные качества развивают компьютерные игры и как помогают в повседневной жизни?». Ребята второй группы (за) определяли минусы компьютерных игр, а также

отвечали на вопросы: «Какие отрицательные качества развивают компьютерные игры и как мешают человеку в повседневной жизни?».

Данные форматы проведения занятий развивают у учащихся критическое мышление, ораторские качества, уверенность в высказывании своей позиции, повышают навыки работы в команде.

Практические занятия раздела «Оказание первой помощи» проходили с использованием манекена или стажера. Темы «Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения» и «Оказание первой помощи при наружных кровотечениях и травмах» были отработаны строго по алгоритмам согласно Минздраву России по направлению «Первая помощь». Учащиеся активно принимали участие в изучении материала, пробовали самостоятельно закрепить полученные навыки на манекене.

Занятия с использованием специального оборудования: манекена для оказания первой помощи, жгута, повязок и др – вызывают особый интерес у подростков, побуждают к четким и быстрым действиям, направленным на развитие устойчивости, уверенности при несчастном случае, что обеспечивает становление ответственных граждан.

Тема «Виды повязок: техника и правила их наложения» состояла из двух занятий: теоретического и практического. На первом занятии школьники познакомились с видами повязок и их предназначением, а второй час посвятили практическому закреплению навыков. Учащиеся с удовольствием освоили наложение повязок как при легких травмах (повязка на пальцы, запястья, предплечье, плечо), так и при более серьезных (повязка на голову, ключицу, грудную клетку, бедро).

Аналогично изучили тему «Способы транспортировки пострадавшего», также разделив ее на теорию и практику. На теоретическом занятии узнали о способах транспортировки человека исходя из условий (количество спасающих, возраст и комплекция пострадавшего,

окружающая обстановка, наличие оборудования или подручных средств для транспортировки).

Практический час данной темы пробовали способы транспортировки на статистах (друг друге). Для этого учащиеся заранее надели удобную одежду и обувь. Занятие прошло в доброжелательной обстановке, каждый участник старался выполнить транспортировку правильно, не навредив не только транспортируемому, но и себе.

В 9 классе изучая раздел 1. «Чрезвычайная ситуация: классификация, виды, правила поведения» в тему «Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах», мы с учащимися отрабатывали безопасное передвижение по горящему зданию. В начале занятия озвучили и разобрали, какими запасными выходами пользоваться в случае пожара в здании гимназии и как себя вести в целом, рассмотрели планы эвакуации в коридорах и места хранения огнетушителей.

Тема: «Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ» была посвящена отработке навыка надевания общевоинского защитного комплекта (ОЗК) и прохождения химически зараженного участка. Подростки с интересом справились с правильной последовательностью надевания комплекта, сами предложили отработать навык на время, чтобы выявить лучшего. При прохождении зараженной местности акцентировали внимание на направление ветра и способ снятия с себя одежды в безопасном месте.

Тема: «Действия населения при ЧС метеорологического происхождения» этого же раздела была проведена в форме интеллектуальной игры «Метеостанция» в формате «Квиз-плиз». Школьники разделились на три команды. Вопросы имели одну тематику, связанную исключительно с чрезвычайными ситуациями метеорологического происхождения. По ходу игры задания усложнялись, имели различный формат (вопросы с вариантами ответа, видео-вопросы, аудио-вопросы, изображения, соответствия и т.д.). При составлении игры

мы пользовались учебниками по «Основами безопасности жизнедеятельности» таких авторов как А. Т. Смирнов, Н. В. Латчук, Ю. Л. Воробьев, а также использовали олимпиадные задания. Данный формат позволяет запомнить материал, мотивирует к размышлению и поиску ответов, объединяет команды, обеспечивает положительный настрой.

При изучении тема «Двигательная активность и спорт» в разделе 2 «Образ жизни подростка» мы выполнили лабораторную работу. В начале занятия мы обсудили важность осознания изменений в своем организме, понимания работы органов и систем. Занятие прошло в спортивном зале, где школьники засекали ЧСС в покое и после нагрузки.

Теме: «Формирование правильного взаимоотношения полов. Заболевания, передающиеся половым путем. Важность семьи в жизни человека.» уделены два академических часа. На первом занятии обсудили важность данной темы. Стало понятно, что обсуждаемые вопросы вызывают интерес у подростков в этом возрасте. Второй час школьники создавали буклет «Опасность ЗППП», где отразили основные меры безопасности.

Раздел 3 «Автономное пребывание человека в природной среде» тема «Ориентирование на местности: способы определения своего местонахождения» была изучена за два занятия. Начало первого часа было посвящено изучению основных понятий и всех существующих способов ориентирования на местности: по компасу, по небесным светилам (солнцу, луне, звездам), по растениям и животным, по местным признакам. После этого началась практическая работа с оборудованием (картой, компасом, курвиметром, транспортиром и т.д.)

При изучении темы: «Виды костров и меры безопасности при их разжигании» в конце занятия, учащиеся создали макеты типов костров при помощи заранее подготовленного материала (веток, палок, карандашей).

Практические занятия также были проведены при изучении темы: «Вязание туристических узлов. Группы узлов и их назначение». Ребята работали с веревками разного диаметра.

Также со способами преодоления препятствий в условиях природной среды: переправа по бревну, навесная переправа, переправа маятником, переправа вброд, переправа с наведением, страховкой и сопровождением и др. школьники познакомились на занятиях и смогли отработать полученные умения.

Все запланированные разработанной нами программой внеурочной деятельности разделы, включающие в себя занятия разнообразной формы и организации, проводились на протяжении двух учебных лет.

Таким образом, программа «Олимп безопасности» была реализована в полном объеме.

#### 2.4 Анализ и оценка результатов опытно-экспериментальной работы

По итогам реализации программы курса внеурочной деятельности «Олимп безопасности» нами был проведен контрольный этап эксперимента, который проводился на той же базе с использованием тех же диагностических методик. Для выявления мотивационного критерия использовался тест-опросник «Как вы относитесь к изучению безопасному поведению», основанный на методике Т. Д. Дубовицкой. Чтобы определить уровень интеллектуального критерия использовался авторский тест. Для определения уровня практического критерия сформированности безопасного поведения, мы предложили школьникам те же пять ситуационных задач и три практических задания. Уровень сформированности саморегуляции, а также выявление результатов оценочно-рефлекторного критерия определялись по шкалам опросника «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В. И. Моросановой.

Данные в экспериментальной группе на контрольном этапе эксперимента были проанализированы в сравнении с контрольной группой.

Общий уровень сформированности безопасного поведения в обеих группах на контрольном этапе эксперимента представлен в диаграмме на рисунке 7.

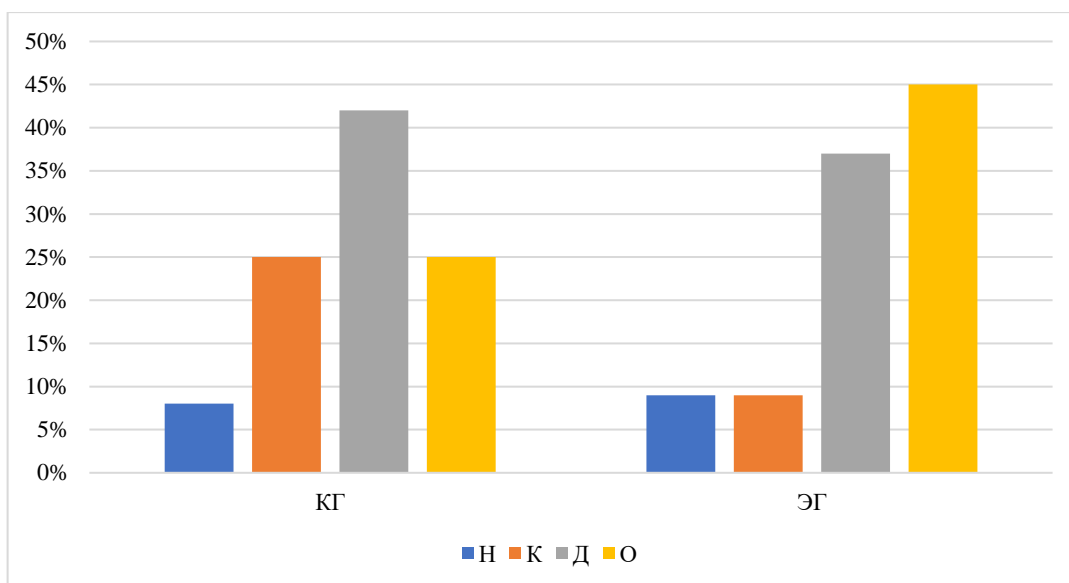


Рисунок 7 – Результаты общего уровня сформированности безопасного поведения у подростков в конце эксперимента

По сравнению с контрольной группой, в экспериментальной четко прослеживается увеличение числа учащихся с достаточным и оптимальным уровнем сформированности безопасного поведения (рисунок 8).

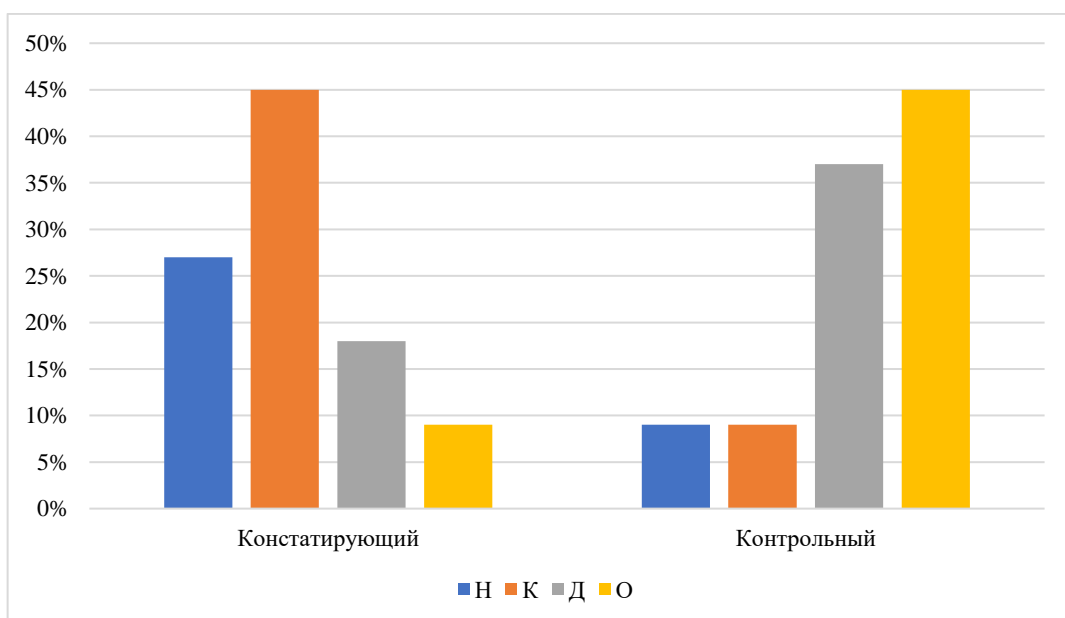


Рисунок 8 – Результаты общего уровня сформированности безопасного поведения у подростков экспериментальной группы в начале и в конце эксперимента

В результате сравнения данных констатирующего и контрольного этапов эксперимента в экспериментальной группе четко прослеживается динамика уровня сформированности безопасного поведения у обучающихся, прошедших обучение по программе курса внеурочной деятельности «Олимп безопасности».

На констатирующем этапе эксперимента 18% и 9 % учащихся показали допустимый и оптимальный уровни соответственно, когда на контрольном этапе на эти уровни имели уже 37% и 45% учащихся соответственно.

## Выводы по второй главе

Во второй главе исследования нами была организована опытно-экспериментальная работа, которая состояла из трех этапов: констатирующий, формирующий, контрольный, также нами были выявлены и учтены педагогические условия формирования у подростков безопасного поведения.

В процессе обработки полученных результатов в начале эксперимента, включающего определенный диагностический инструментарий, был сделан вывод о наличии большого количества подростков с низким уровнем сформированности безопасного поведения. Так же, можно было констатировать низкий процент подростков с высоким уровнем сформированности безопасного поведения.

Поэтому мы поставили цель – сформировать у обучающихся экспериментальной группы необходимый уровень сформированности безопасного поведения.

На формирующем этапе были разработана и апробирована модифицированная программа внеурочной деятельности «Олимп безопасности», содержание которой предполагает использование разнообразных практических средств и методов формирования у подростков безопасного поведения.

В результате контрольного этапа опытно-экспериментального исследования мы проследили повышение уровня сформированности безопасного поведения у обучающихся обеих группе. Но в экспериментальной группе обучающихся, прошедших обучение по программе внеурочной деятельности «Олимп безопасности», показатели сформированности оказались значительно выше.

Реализация программы внеурочной деятельности «Олимп безопасности» показала, что ученики 8-9 классов значительно улучшили мотивационный, интеллектуальный, практический, саморегуляционный и



оценочно-рефлекторный показатели уровня сформированности безопасного поведения.

Таким образом, можно сделать вывод о значительном повышении показателей уровня сформированности безопасного поведения у испытуемых экспериментальной группы, что подтверждает эффективность разработанной нами программы внеурочной деятельности «Олимп безопасности»

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Данная квалификационная работа посвящена проблеме формирования безопасного поведения у подростков. В ходе проведенного исследования нами было установлено, что безопасность как феномен недостаточно рассмотрена в психолого-педагогических науках. Кроме того, возможности многих учебных дисциплин недооцениваются с точки зрения сферы нравственного и социального воспитания школьников. Также проводимые исследования, направленные на выявление уровня сформированности у подростков навыков безопасности жизнедеятельности, свидетельствуют о низком уровне изучаемого признака, поэтому организация процесса формирования готовности подростков к безопасному поведению нуждается в оптимизации.

В процессе проведения исследования нами были решены задачи и достигнуты определенные результаты. При изучении теоретических основ формирования безопасного поведения у подростков мы выделили базовые понятия, такие как «опасность», «безопасность», «безопасное поведение», сделали вывод, что формирование безопасного поведения является частью воспитательного процесса, направленного на формирование личности, готовой действовать в непредсказуемых условиях.

После изучения психологической характеристики подростков можно сделать вывод о том, что подростковый возраст – самый сложные годы детства, но он также является ключевым для становления личности и определяет будущие установки и ценности человека. Также именно этот возраст является сенситивным для благоприятного усвоения правил и навыков безопасного поведения. Поэтому обучение безопасному поведению подростков чрезвычайно важно для формирования ценностного отношения к жизни и здоровью.

При разработке и апробировании программы внеурочной деятельности, целью которой является формирование безопасного

поведения у подростков, мы использовали разнообразные практические средства и методы формирования у подростков безопасного поведения. В результате контрольного этапа опытно-экспериментального исследования мы отметили повышение уровня сформированности безопасного поведения у обучающихся обеих групп. Но в экспериментальной группе обучающихся, прошедших обучение по программе внеурочной деятельности «Олимп безопасности», показатели сформированности оказались значительно выше.

Также нами были выявлены и учтены педагогические условия формирования безопасного поведения у подростков: образовательная среда, формы, средства и методы обучения.

При определении диагностического инструментария для оценки сформированности безопасного поведения у подростков нами были подобраны пять критериев. Для выявления мотивационного критерия использовался тест-опросник «Как вы относитесь к изучению безопасному поведению», основанный на методике Т. Д. Дубовицкой. Чтобы определить уровень интеллектуального критерия использовался авторский тест. Для определения уровня практического критерия сформированности безопасного поведения, мы предложили школьникам те же пять ситуационных задач и три практических задания. Уровень сформированности саморегуляции, а также выявление результатов оценочно-рефлекторного критерия определялись по шкалам опросника «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98» В. И. Моросановой.

Каждый критерий был оценен с помощью уровней сформированности безопасного поведения: недопустимый, критический, достаточный и оптимальный

Таким образом, можно сделать вывод о значительном повышении показателей уровня сформированности безопасного поведения у испытуемых экспериментальной группы, что подтверждает эффективность

разработанной нами программы внеурочной деятельности «Олимп безопасности».

Таким образом, задачи решены в полном объеме, цель достигнута - разработана, теоретически обоснована и экспериментально проверена эффективность методики формирования безопасного поведения у подростков. В ходе проведения исследования доказана гипотеза о том, что процесс формирования безопасного поведения у подростков будет успешным, если:

- будут изучены теоретические основы формирования безопасного поведения у подростков;
- будет разработана и апробирована программа внеурочной деятельности, целью которой является формирование безопасного поведения у подростков;
- будут выявлены и учтены педагогические условия формирования безопасного поведения у подростков;
- будет определен диагностический инструментарий для оценки сформированности безопасного поведения у подростков.

Практическая значимость нашего исследования состоит в том, что разработана и внедрена программа внеурочной деятельности «Олимп безопасности», направленная на формирование безопасного поведения у подростков, которая включает в себя: развитие знаний, умений и навыков по безопасному поведению, учет возрастных особенностей личности подростков, методическое обеспечение процесса формирования у подростков безопасного поведения.

Практическая ценность результатов нашей исследовательской работы определяется возможностью ее использования в общеобразовательных учреждениях и в учреждениях дополнительного образования.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Авдеева Н. Н. Здоровье как ценность и предмет научного знания / Н. Н. Авдеева, И. И. Ашмарин, Г. Б. Степанова // Мир психологии. – 2000. – № 1 (21). – С. 68–75.
2. Акимов В. А. Безопасность жизнедеятельности. Безопасность в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера / В. А. Акимов. – Изд. 3-е, испр. – Москва : Высшая школа, 2008. – 207 с.
3. Алексеев, А. А. Питание в туристском походе / А. А. Алексеев. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996
4. Аллакаева Л. И. Педагогические основы формирования культуры здоровья школьников : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Аллакаева Л. П.. – Н. Новгород, 2004. – 22 с.
5. Апанасенко Г. Л. Медицинская валеология / Г. Л. Апанасенко. – Ростов н/Д.: Феникс, 2000. – 248 с.
6. Атаманова, Г.И. Анализ мотивационной сферы школьника после применения здоровьесберегающих технологий / Г.И. Атаманова // Успехи современной науки и образования. Белгород, 2016. – № 2. – С. 49
7. Бахтин Ю. К. Факторы формирования здоровья человека и их значение /
8. Бачинин В. А. Психология. Энциклопедический словарь / В.А. Бачинин. – СПб.: Изд-во В.А. Михайлова, 2005. – 272 с.
9. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для студ. сред. Б40 учеб. заведений / Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко, Г. В. Гуськов. – М. : Издательский центр «Академия», 2014. – 176 с.
10. Безруких М. М. Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе : методология анализа, формы, методы, опыт применения / М. М. Безруких. – М.: Триада-фарм, 2001. – 280 с.
11. Бернфельд З. Психология юности Э. Шпрангера / З. Бернфельд. – Москва : Гос. учебно-пед. изд., 1931. – 193 с.

12. Божович Л. И. Динамика развития личности в онтогенезе. Хрестоматия по возрастной психологии / Л. И. Божович. – Москва : Институт практической психологии, 2006. – 213 с.
13. Божович Л. И. Изучение мотивации поведения детей и подростков / Л. И. Божович. – Москва : Просвещение, 2001. – 250 с.
14. Брехман И. И. Валеология наука о здоровье / И. И. Брехман. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 208 с.
15. Бубнов В. Г. Атлас добровольного спасателя / В. Г. Бубнов, Н. В. Бубнова. – М.: АСТ:Астрель, 2006. – 81 с.
16. Выготский, Л. С. Собрание сочинений : В 6 т. – Т. 4 / Л. С. Выготский. – М.: Педагогика, 2012. – 432 с.
17. Гладкая, Е.С. Технологии тьюторского сопровождения. учебное пособие / Е.С. Гладкая, З.И. Тюмасева. – Челябинск: Изд-во Юж.-Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2017. – 93 с.
18. Григорьев Д. В. Внеурочная деятельность школьников / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов // Методический конструктор-пособие для учителей. – М.: Просвещение. –2010. – 31 с.
19. Григорьев Д. В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: Пособие для учителя / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – Москва : Просвещение, 2019. – 253 с.
20. Гэйбл Э. Цифровая трансформация школьного образования. Международный опыт, тренды, глобальные рекомендации / Э. Гейбл, пер. с англ.; под науч. ред. П. А. Сергоманова; Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Институт образования. – М.: НИУ ВШЭ, 2019. – 108 с. – 200 экз. – (Современная аналитика образования. № 2 (23)).
21. Дегтерев Ю. В. Игры – обучение, тренинг, досуг / Ю. В. Дегтерев, В. Г. Литвинов. – М., 2018. – 544 с.
22. Долгова, Л.М. Тьюторство в аспекте результативности образования [Электронный ресурс] Л.М.Долгова // Тьюторство: идеология,

проекты, образовательная практика. — Режим доступа: <http://www.thetutor.ru>. – (Дата обращения 10.11.2014).

23. Журавлева И. В. Здоровье подростков : социологический анализ / И. В. Журавлева. – М.: Изд-во Ин-та социологии РАН, 2002. – 240 с.

24. Ибрагимов Г. И. Педагогический эксперимент: проблемы и основные направления совершенствования / Г.И Ибрагимов // Педагогика. – 2010. – №3. – С.20–27.

25. Ишухина Е. В. Формирование здорового образа жизни младших школьников : автореферат дисс. ... канд. пед. наук / Ишухина Е. В. – Шуя. – 2004. – 24 с.

26. Казанский Н. Г Дидактика. Учебное пособие для учителей начальной школы / Н. Г Казанский, Т. С Назарова. – Москва : Просвещение, 1978. – 224 с.

27. Каптерев П. Ф. Детская и возрастная психология / П. Ф. Каптерев. – М., 2019. – С. 336–338.

28. Ким С. В. Основы безопасности жизнедеятельности (базовый уровень) / С. В. Ким, В. А. Горский. – Москва : ВЕНТАНА-ГРАФ, корпорация "Российский учебник", 2019. – 391 с.

29. Ким С. В. Основы безопасности жизнедеятельности (базовый уровень) / С. В. Ким, В.А. Горский. – Москва : ВЕНТАНА-ГРАФ, корпорация "Российский учебник", 2019. – 391 с.

30. Койчубеков Б. К. Определение размера выборки при планировании научного исследования / Б. К. Койчубеков // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2014. – № 4. – С. 71–74.

31. Коломеец Н.В. Формирование культуры безопасного поведения у детей 3-7 лет. Азбука безопасности. Конспекты занятий // Н.В. Коломеец. – Волгоград : Учитель, 2020. – 168 с.

32. Корниенко С. А. Электронное обучение как средство реализации образовательной программы / С. А. Корниенко // Педагогика:

традиции и инновации: материалы V Междунар. науч. конф. – Челябинск: Два комсомольца, 2014. – С. 175–182.

33. Краевский В. В. Образование и воспитание в контексте педагогической науки / В. В. Краевский // Мир психологии. – 2001. – № 4. – С. 209–216.

34. Куинджи Н.Н. Валеология: Пути формирования здоровья школьников: Методическое пособие. — М.: Аспект Пресс, 2000 — 139 с.

35. Куликов В. М. Топография и ориентирование в туристском путешествии / В. М. Куликов, Ю. С. Константинов. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2003. – 72 с.

36. Латчук В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс. Тетрадь для оценки качества знаний. К учебнику В. В. Полякова, В. В. Маркова, В. Н. Латчука / В. Н. Латчук, С.К. Миронов. – М.: Дрофа, 2016. – 65с.

37. Латчук В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс. Методическое пособие / В. Н. Латчук, В. В. Марков. – М.: Дрофа, 2014. – 128 с.

38. Латчук В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс. Тетрадь для оценки качества знаний к учебнику С. Н. Вангородского, М. И. Кузнецова, В. Н. Латчука, В. В. Маркова / В. Н. Латчук, С. К. Миронов. – М.: Дрофа, 2014. – 47 с.

39. Латчук В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс. Методическое пособие / В. Н. Латчук, В. В. Марков, А. Г. Маслов. – М.: Дрофа, 2014. – 73 с.

40. Леван Т.Н., Айзман Р.И., Блинова Н.Г. и др. Формирование здоровья детей и подростков в условиях непрерывного образования: Коллективная научная монография / Под общ. ред. Т.Н. Леван. Новосибирск: Изд. «СибАК», 2013.



41. Литвина, Е.В. Особенности воспитания культуры безопасности подростков [Текст] / Е.В. Литвин // Сибирский педагогический журнал. - 2007. - №13. - С. 384-391.
42. Макеева, В. С. Теория и методика физической культуры: учебно-методическое пособие. / В. С. Макеева. - Академия безопасности и выживания, 2014. - 190 с.
43. Марченко Д. В. Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях / Д. В. Марченко. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2009. – 314 с.
44. Митяева А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учебное пособие / А. М. Митяева. – М.: Академия. – 2010. – 192 с.
45. Мухина В. С. Детская психология / В. С. Мухина. – М.: ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 352 с.
46. Назарова Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие: учеб. пособие для студ. высш. учеб. Заведений. — М.,2008.
47. Перспективы и приоритеты педагогического образования в эпоху трансформаций, выбора и вызовов : VI Виртуальный Международный форум по педагогическому образованию: сборник научных трудов. Ч. II. – Казань: Издательство Казанского университета, 2020. – 302 с.
48. Приказ Минздравсоцразвития России от 05.05.2008 № 216н (ред. От 23.12.2011) «Об утверждении профессиональных квалификационных групп должностей работников образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 22.05.2008 № 11731)
49. Развитие личности школьника в воспитательном пространстве: проблемы управления / Под ред. Н. Л. Селивановой. – М.: Педагогическое общество России, 2001. – 284 с.
50. Рыбин А. Л. Обучение правилам дорожного движения: 5-9 классы / А. Л. Рыбин, М. В. Маслов ; под. ред. А. Т. Смирнова. – Москва : Просвещение, 2008. – 32 с.

51. Рыльский С.В. Методика обучения преодолению естественных и искусственных препятствий в спортивном туризме: автореф. дис., канд. пед. наук / С. В. Рыльский. – Белгород, 2012. – 20 с.
52. Селевко Г. Г. Воспитательная технология «Самосовершенствование личности» / Г. Г. Селевко, И. Закатов, О. Левина // Народное образование. – 2000. – № 1. – С. 144–165.
53. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. – М.: Просвещение, 2013. – 374 с.
54. Степанов В. П. Внеурочная деятельность. Примерный план внеурочной деятельности в основной школе: пособие для учителя / В. П. Степанов, Д. В. Григорьев. – Москва : Просвещение, 2014. – 200 с.
55. Строков А. А. Цифровизация образования: проблемы и перспективы / А. А. Строков // Вестник Мининского университета. – Нижний Новгород, 2020. – № 2. – С. 2–4.
56. Терницкая, С.В. Формирование безопасного поведения личности как социально-педагогическая проблема [Текст] / С.В. Терницкая // Вестник КГПУ им. В.П. Астафьева. - 2016.- №1 (35). - С.90-94.
57. Тихомирова, И. А. Анатомия и возрастная физиология [Текст] : учебник / И. А. Тихомирова. – М. : Феникс, 2015. – 286 с.
58. Тюмасева З. И. Оздоровление детей России как инновационная педагогическая деятельность (в сфере дошкольного образования): монография / З. И. Тюмасева, И. Л. Орехова, Е. Г. Кушнина. – Челябинск. – 2012. – 315 с.
59. Файн Т. Д. Поэтапные действия по формированию исследовательской культуры школьников / Т. Д. Файн // Практика административной работы в школе, 2014. – № 7. – С. 35–40.
60. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 02.07.2021) "Об образовании в Российской Федерации".
61. Физиология человека [Текст] / под ред. Б. И. Ткаченко. – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2010. – 496 с.

62. Форштат М. Л. Опасная тенденция. Детский дорожно-транспортный травматизм: вчера и сегодня / М. Л. Форштат. – Основы безопасности жизни, 2019. – № 3. – 304 с.
63. Фролов М. П. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс / М. П. Фролов, Е. Н. Литвинов, А. Т. Смирнов. – М.: АСТ, Астрель, Харвест, 2016. – 350 с.
64. Хренников Б. О. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы. Сборник ситуативных задач / Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, М. В. Маслов. – Просвещение, 2010. – 128 с.
65. Хушбахтов А. Х. Терминология «педагогические условия» / А. Х. Хушбахтов // Молодой ученый. – 2015. – №23. – С. 1020–1022.
66. Цвилюк Г. Е. Школа безопасности, или как вести себя в экстремальных ситуациях / Г. Е. Цвилюк. – М.: Образование, 1997. – 175 с.
67. Ченегин, В. М. Физиологические закономерности возрастного развития двигательных функций [Текст] / В. М. Ченегин. – Волгоград, 2007. – 68 с.
68. Шмаков С. А. От игры к самовоспитанию / С. А. Шмаков, Н. Я. Безбородова. – М., 2015. – 78 с.
69. Шойгу Ю. С Настольная книга психолога МЧС России. Экстренная психологическая помощь. / Ю. С Шойгу, И. Н. Елисеева, Е. И. Варфоломеева. – Москва : ФГБУ «Объединенная редакция МЧС России», 2012. – 320 с.
70. Эльконин Д. Б. Избранные психологические труды. Проблемы возрастной и педагогической психологии / Д. Б. Эльконин / Под ред. Д. И. Фельдштейна. – М : Международная педагогическая академия, 1995. – 224 с.
71. Югова, Е. А. Возрастная физиология и психофизиология [Текст] / Е. А. Югова. Т. Ф. Турова. – М. : Академия, 2012. – 336 с.

**Тест на выявление качества теоретических знаний по основам безопасности жизнедеятельности**

*Выполните 15 вопросов теста с одним правильным вариантом ответа. Запишите на листе бумаги номер вопроса и номер ответа.*

**1. Что необходимо сделать в первую очередь, когда вы почувствовали запах газа в квартире?**

- 1) нужно перекрыть газовый вентиль и немедленно прекратить пользование газовыми баллонами;
- 2) отключить все электроприборы и набрать номер газовой службы;
- 3) покинуть помещение, в котором вы находитесь, перед этим плотно закрыв двери и окна;
- 4) нет правильного ответа.

**2. По какому номеру вы будете звонить, чтобы вызвать пожарных-спасателей?**

- 1) 101;
- 2) 102;
- 3) 103;
- 4) 104.

**3. Минимальная толщина льда, по которой можно безопасно передвигаться человеку, составляет:**

- 1) 50 мм;
- 2) 70 мм;
- 3) 100 мм;
- 4) 150 мм.

**4. Какие действия необходимо предпринять в случае нахождения за рулем в условиях плохой видимости?**

- 1) необходимо сбавить скорость до 40 км/ч и продолжать движение;

- 2) прекратить движение, остановиться в любом удобном месте, вызвать дорожную службу, находиться в автомобиле, ожидая помощи;
- 3) включить аварийную сигнализацию, остановиться на обочине, находиться в автомобиле, не выключая двигатель и ожидать помощи;
- 4) остановиться на обочине, выключить двигатель и ожидать помощи, находясь в автомобиле.

**5. Укажите ВЕРНОЕ утверждение о причинах землетрясений:**

- 1) подземные толчки возникают в результате ежегодных приливов и отливов воды в водоемах;
- 2) подземные толчки возникают в результате сильного воздействия ветра на земную поверхность;
- 3) подземные толчки возникают в результате внезапных смещений и разрывов в земной коре или в верхней части мантии;
- 4) подземные толчки возникают в результате образования тайфунов и смерчей.

**6. Чем опасно длительное нахождение в задымленном помещении?**

- 1) потеря ориентации, что замедлит возможность эвакуации;
- 2) появлением дискомфорта в органах дыхания и снижение производительности;
- 3) высокой вероятностью потери сознания;
- 4) нахождение в задымленном помещении ничем не угрожает.

**7. Что обозначает зеленая пунктирная линия на планах эвакуации?**

- 1) линия очертания наружной границы здания;
- 2) основные пути эвакуации;
- 3) запасные пути эвакуации;
- 4) нет правильного ответа.

**8. Действия, которые необходимо предпринять, если на человеке загорелась одежда заключаются в:**

- 1) оказании медицинской помощи;
- 2) вызове милиции;
- 3) опрокидывании человека на землю, не давая ему бежать;
- 4) нет правильного ответа.

**9. Что относится к способам временной остановки капиллярного и венозного кровотечения?**

- 1) наложение жгута, стерильные марлевые повязки;
- 2) возвышенное положение конечности, наложение давящей повязки, наложение жгута;
- 3) только наложение жгута;
- 4) все ответы верны.

**10. Субъективные показатели здоровья – это:**

- 1) температура тела, пульс, ЧДД;
- 2) настроение, качество сна;
- 3) уровень гемоглобина и лейкоцитов в крови;
- 4) артериальное давление, уровень холестерина.

**11. Если пострадавший от утопления находится в бессознательном состоянии, первым делом необходимо:**

- 1) убедиться в том, что у него сохранено дыхание и определяется пульс;
- 2) освободить дыхательные пути от воды;
- 3) провести искусственное дыхание;
- 4) положить пострадавшего на бок или живот.

**12. подручными средствами при оказании первой помощи являются:**

- 1) перевязочные пакеты, стерильные повязки;
- 2) кусок ткани, брючный ремень;
- 3) фанерные и сетчатые шины;
- 4) ленточные и воротниковые жгуты.

**13. Морские гравитационные волны большой длины, которые возникают из-за сдвигов участков морского дна, называют:**

- 1) затор;
- 2) лавина;
- 3) цунами;
- 4) наводнение.

**14. Какой тип знака имеет форму белого треугольника и окантовку красного цвета? Укажите верный вариант ответа.**

- 1) запрещающие;
- 2) предписывающие;
- 3) предупреждающие;
- 4) знаки приоритета.

**15. На какое время накладывают жгут?**

- 1) 2 часа вне зависимости от времени года;
- 2) 1 час вне зависимости от времени года;
- 3) 2 часа летом. 1 час зимой;
- 4) 2 часа зимой, 1 час летом.

**Опросник «Как вы относитесь к обучению безопасному поведению»**

**Инструкция.** Прочитайте каждое высказывание и выразите свое отношение к изучаемому предмету (ОБЖ), отметив на листе бумаги номер высказывания и свой ответ, используя для этого следующие обозначения:

- верно – (+ +);
- пожалуй, верно – (+);
- пожалуй, неверно – (-);
- неверно – (- -).

*Помните, что качество наших рекомендаций будет зависеть от искренности и точности Ваших ответов.*

1. Изучение данного предмета даст мне возможность узнать много важного для себя, проявить свои способности.
2. Изучаемый предмет мне интересен, и я хочу знать по данному предмету как можно больше.
3. В изучении данного предмета мне достаточно тех знаний, которые я получаю на занятиях.
4. Учебные задания по данному предмету мне неинтересны, я их выполняю, потому что этого требует учитель (преподаватель).
5. Трудности, возникающие при изучении данного предмета, делают его для меня еще более увлекательным.
6. При изучении данного предмета кроме учебников и рекомендованной литературы самостоятельно читаю дополнительную литературу.
7. Считаю, что трудные теоретические вопросы по данному предмету можно было бы не изучать.
8. Если что-то не получается по данному предмету, стараюсь разобраться и дойти до сути.



9. На занятиях по данному предмету у меня часто бывает такое состояние, когда «совсем не хочется учиться».

10. Активно работаю и выполняю задания только под контролем учителя (преподавателя).

11. Материал, изучаемый по данному предмету, с интересом обсуждаю в свободное время (на перемене, дома) со своими одноклассниками (друзьями).

12. Стараюсь самостоятельно выполнять задания по данному предмету, не люблю, когда мне подсказывают и помогают.

13. По возможности стараюсь списать у товарищей или прошу кого-то выполнить задание за меня.

14. Считаю, что все знания по данному предмету являются ценными и по возможности нужно знать по данному предмету как можно больше.

15. Оценка по этому предмету для меня важнее, чем знания.

16. Если я плохо подготовлен к уроку, то особо не расстраиваюсь и не переживаю.

17. Мои интересы и увлечения в свободное время связаны с данным предметом.

18. Данный предмет дается мне с трудом, и мне приходится заставлять себя выполнять учебные задания.

19. Если по болезни (или другим причинам) я пропускаю уроки по данному предмету, то меня это огорчает.

20. Если бы было можно, то я исключил бы данный предмет из расписания (учебного плана).

### **Обработка результатов**

Подсчет показателей опросника производится в соответствии с ключом, где «Да» означает положительные ответы (верно; пожалуй, верно), а «Нет» – отрицательные (пожалуй, неверно; неверно).

### ***Ключ***

Да	1, 2, 5, 6, 8, 11, 12, 14, 17, 19
Нет	3, 4, 7, 9, 10, 13, 15, 16, 18, 20

*За каждое совпадение с ключом начисляется один балл. Чем выше суммарный балл, тем выше показатель внутренней мотивации изучения предмета. При низких суммарных баллах доминирует внешняя мотивация изучения предмета.*

### Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности спортивно – оздоровительного направления «Олимп безопасности» разработана на основании нормативных документов:

#### Планируемые результаты курса

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности.

#### Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### Метапредметные результаты:

##### Регулятивные:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

– умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;

Познавательные:

– умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение и делать выводы;

Коммуникативные:

– умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

## **Содержание курса**

### **8 класс (34 часа)**

#### Раздел 1. «Правила дорожного движения»

*Теория:* Правила дорожного движения – закон улиц и дорог. Права и обязанности пешехода. Пассажиром быть не просто. Транспортные средства на улицах и дорогах. Правила пользования пассажирским транспортом. Регулирование движения транспортных средств. Движение пешеходов по улицам и дорогам. Остановочный и тормозной путь автомобиля. Проезд железнодорожных переездов. Велосипед и мопед. Правила движения по проезжей части на велосипедах и мопедах. Сигналы поворота и торможения. Запрещенные для водителей велосипедов и мопедов действия на дороге. Правила перевозки пассажиров. Перевозка учащихся на грузовых автомобилях.

*Практика:* Регулирование движения транспортных средств (Интерактивные упражнения «Регулировщик»); Правила поведения при ДТП. Оказание пострадавшим первой доврачебной помощи (Практическое

занятие с использованием манекена). Дорожные знаки. Классификация и значение. Дорожная разметка и ее характеристика. (Интерактивные задания «ЗНАКИ»); Правила поведения участников дорожного движения. Дорожная этика (Ситуационные задачи «Колесо заданий»).

## Раздел 2. Медиабезопасность

*Теория:* Источники данных в Интернете: почта, сервисы обмена файлами и др. Разрешается ли скачивать фильмы и музыку из Интернета? Что такое авторское право. Безопасность при просмотре фильмов онлайн. Категории персональных данных. Закон о персональных данных. В каких системах используются ПД. Электронная подпись. Закон 2002 г. «Об электронно-цифровой подписи» – законодательная основа электронного документооборота.

*Практика:* Могут ли вирусы воздействовать на аппаратуру ПК? (Работа с таблицей «Вирус-антивирус»); Дебаты «Виртуальная зависимость и пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам. Что делать и нужно ли что-то делать?». Игровая зависимость как навязчивое увлечение компьютерными играми по сети (Работа в группах «За или против компьютерной игры»).

## Раздел 3. Оказание первой помощи

*Теория:* Понятие «первая помощь». Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь, перечень мероприятий по её оказанию. Современные наборы средств и устройств, использующиеся для оказания первой помощи (аптечка первой помощи (автомобильная), аптечка для оказания первой помощи работникам и др.).

Основные правила вызова скорой медицинской помощи и других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь.

Основные признаки жизни у пострадавшего. Причины нарушения дыхания и кровообращения.

Понятие о травматическом шоке, причины и признаки.

Виды ожогов, их признаки.

Применение местного охлаждения. Холодовая травма, её виды. Основные проявления переохлаждения (гипотермии), отморожения, оказание первой помощи. Отработка приёмов наложения термоизолирующей повязки при отморожениях.

Оптимальные положения тела пострадавшего с травмами груди, живота, таза, конечностей, с потерей сознания, с признаками кровопотери

Основные принципы проведения подготовки по оказанию первой помощи.

*Практика:* Способы проверки сознания, дыхания, кровообращения у пострадавшего. Отработка навыков оценки обстановки на месте происшествия. Отработка навыков определения сознания у пострадавшего. Отработка приёмов восстановления проходимости верхних дыхательных путей. (Практическое занятие с манекеном или статистом)

Цель и порядок выполнения обзорного осмотра пострадавшего. Отработка проведения обзорного осмотра пострадавшего. Понятия «кровотечение», «острая кровопотеря». Признаки различных видов наружного кровотечения (артериального, венозного, капиллярного, смешанного). (Практическое занятие с манекеном или статистом)

Способы временной остановки наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерии, наложение жгута, максимальное сгибание конечности в суставе, прямое давление на рану, наложение давящей повязки. Оказание первой помощи при носовом кровотечении. (Практическое занятие с манекеном или статистом)

Итоговое практическое занятие: решение ситуационных задач, оказание первой помощи на практике

## **9 класс (34 часа)**

Раздел 1. «Чрезвычайная ситуация: классификация, виды, правила поведения»

*Теория:* Вводное занятие. Виды и классификация ЧС. Понятие об аварии, производственной и транспортной катастрофе, чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера по масштабу распространения и тяжести последствий. Типы чрезвычайных ситуаций техногенного характера, их классификация и характеристика (транспортные аварии, аварии с выбросом биологически опасных веществ, аварии на электроэнергетических и коммунальных системах, обрушения зданий и сооружений и др.).

Понятие о потенциально опасном объекте. Основные причины аварий и катастроф техногенного характера. Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Заблаговременные меры по предупреждению и защите от чрезвычайных ситуаций

Мероприятия по уменьшению последствий аварий на гидродинамически опасных объектах. Основные меры по защите населения. Правила безопасного поведения при авариях на гидродинамически опасных объектах.

Автомобильные аварии и катастрофы и их основные причины. Автомобиль как источник опасности на дороге. Безопасное поведение на дорогах.

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины). Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнение, сели, цунами). Чрезвычайные ситуации биологического происхождения (лесные и торфяные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера, рекомендации населению по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций. Землетрясения и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения

при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время и после землетрясения.

Вулканы и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при извержении вулканов.

Оползни, сели, обвалы, лавины и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала. Правила безопасного поведения во время и после схода селя, оползня, обвала, безопасный выход из зоны стихийного бедствия.

Наводнения и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время и после наводнений.

Цунами и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время прихода и после цунами.

Природные пожары (лесные, торфяные, степные) и их характеристика. Предупреждение природных пожаров. Правила безопасного поведения при возникновении природных пожаров.

ЧС социального характера: войны; локальные и региональные конфликты (межнациональные, межконфессиональные и др.) голод; крупные забастовки; массовые беспорядки, погромы, поджоги и др

Понятие преступления. Виды и категории преступлений. Возраст, с которого наступает уголовная ответственность. Защита от мошенников. О безопасности девушек. Понятия терроризма и экстремизма. Понятие преступления. Особенности уголовной ответственности несовершеннолетних. Понятие о преступлении. Виды преступлений: небольшой тяжести, средней тяжести, тяжкие и особо тяжкие. Преступления, за совершение которых несовершеннолетние лица подлежат уголовной ответственности. Виды наказаний, назначаемые



несовершеннолетним. Принудительные меры воспитательного воздействия, назначаемые несовершеннолетним.

Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств. Преступления, связанные с нанесением ущерба транспортным средствам, оборудованию, коммуникациям, и назначаемые за них наказания. Угон автомобиля и назначаемые за него наказания.

Уголовная ответственность за хулиганство и вандализм.

Понятие о хулиганстве как грубом нарушении общественного порядка, выражающемся в явном неуважении к обществу. Признаки мелкого хулиганства и уголовно наказуемого хулиганства. Обстоятельства, отягчающие ответственность за хулиганство: совершение правонарушения группой лиц по предварительному сговору, совершение правонарушения организованной группой, сопротивление представителю власти. Понятие о вандализме. Преступления, связанные с надругательством над телами умерших, захоронениями и т. п., и ответственность за их совершение.

*Практика:* Правила безопасного поведения при пожаре в здании, при опасной концентрации дыма и повышении температуры. Действия по спасению пострадавших из горящего здания, после взрыва. Правила безопасного поведения в случае взрыва. Действия по спасению из завала. Тушение на человеке одежды. (Практическая отработка безопасного передвижения по горящему зданию).

Меры предосторожности, действия в случае оповещения об аварии и правила движения по зараженной местности. Правила безопасного поведения после выхода из зоны заражения. Действия при подозрении на поражение аварийно химически опасными веществами. (Отработка надевания ОЗК и безопасного перемещения по зараженной местности)

Меры предосторожности, принимаемые проживающими вблизи от радиационно опасных объектов людьми. Действия в случае поступления сигнала об аварии на радиационно опасном объекте (подготовка к эвакуации, действия при отсутствии убежища и средств защиты). Режим

поведения при проживании на загрязненной местности. Комплекс мер по защите населения: режим радиационной защиты, использование средств индивидуальной защиты, проведение йодной профилактики, радиометрический контроль продуктов питания. (Решение и обсуждение олимпиадных заданий по данной тематике)

Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы, бури, смерчи). Ураганы, бури, смерчи и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. (Интеллектуальная игра «Метеостанция»)

Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Важность знания правил безопасного поведения в криминогенных ситуациях. Правила безопасного поведения на улице. Правила безопасного поведения в общественных местах. Подготовка к массовому мероприятию, правила безопасного поведения на нем. Правила безопасного поведения в общественном транспорте и на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения в подъезде дома и в лифте. Понятие о необходимой обороне, ее юридическое обоснование. (Решение и обсуждение олимпиадных заданий по данной тематике)

Правила поведения при теракте в школе и других общественных местах. Правила поведения при захвате в заложники. Правила безопасного поведения при обнаружении взрывного устройства. (Разработка памятки безопасности).

## Раздел 2. Образ жизни подростка

*Теория:* Здоровый образ жизни на практике. Составляющие ЗОЖ. Физическое и психологическое здоровье подростка. Почему здоровье важно и все об этом говорят?

Курение, влияние табачного дыма на организм курящего и окружающих. Употребление алкоголя и его влияние на умственное и

физическое развитие человека. Наркомания и ее отрицательные последствия на здоровье человека.

Основные факторы, влияющие на психологическую совместимость. Закон совместимости. Основные качества характера, обеспечивающие совместимость людей. Психологические советы по достижению взаимопонимания и уважительности в семейных отношениях. Распространенные проблемы семейных отношений в современных браках. Основные причины распада ранних браков. Понятие о венерических болезнях, их опасность для жизни и здоровья людей. Классификация заболеваний, передающихся половым путем.

*Практика:* Профилактика вредных привычек. (Поиск и обсуждение реальных случаев из жизни)

Понятие о двигательной активности. Влияние двигательной активности на организм человека. Влияние мышечной работы на систему кровообращения, сопротивляемость заболеваниям, работоспособность и развитие организма. Основные составляющие тренированности организма человека. Понятие о сердечно-дыхательной выносливости. Влияние физических нагрузок на сердечно-сосудистую и дыхательную системы. Аэробные и анаэробные упражнения, их характеристика. Понятие о мышечной силе и выносливости. Силовые упражнения с внешним сопротивлением и с преодолением веса собственного тела – эффективное средство развития силы мышц. Понятие о скоростных качествах и гибкости, упражнения для их развития. (Сдача физических нормативов, проверка частоты сердечных сокращений в покое и после нагрузок)

Семья и ее значение в жизни человека. (Создание буклета «Опасность ЗППП»)

Раздел 3. Автономное пребывание человека в природной среде

*Теория:* Понятие о выживании и автономном существовании. Основные причины вынужденного автономного существования в природных условиях. Действия людей в ситуациях, связанных с авариями

транспортных средств. Случаи, когда предпочтительнее оставаться на месте аварии. Ситуации, когда принимается решение уйти с места аварии.

Основные правила и действия для выживания в условиях вынужденного автономного существования. Оборудование временного жилища: простейшие укрытия и способы их сооружения. Выбор укрытия в зависимости от различных погодных и климатических условий, окружающей местности.

Добывание огня: выбор места для костра, алгоритм действий при разведении костра, типы костров в зависимости от предназначения.

Обеспечение питанием и водой. Основные правила обеспечения пищей и основные ее источники в условиях вынужденного автономного существования. Обеспечение водой. Выбор подходящего источника воды. Меры предосторожности при использовании источника воды: безопасное утоление жажды снегом, фильтрация и обеззараживание воды.

Способы преодоления препятствий в условиях природной среды: переправа по бревну, навесная переправа, переправа маятником, переправа вброд, переправа с наведением, страховкой и сопровождением и др.

Итоговое практическое занятие: решение ситуационных задач

*Практика:* Основные способы ориентирования на местности: по компасу, по небесным светилам (солнцу, луне, звездам), по растениям и животным, по местным признакам. Метод движения по азимуту. (Практическое занятие: работа с картой, компасом, курвиметром, транспортиром и т.д.)

Добывание огня: выбор места для костра, алгоритм действий при разведении костра, типы костров в зависимости от предназначения. (Создание макетов типов костров)

Вязание туристических узлов. Группы и назначение туристических узлов: для связывания веревок одинакового диаметра, для связывания веревок разного диаметра, для привязывания веревок к опоре, проводники,

простые узлы. (Практические занятия: работа с веревками разного диаметра)

Способы преодоление препятствий в условиях природной среды: переправа по бревну, навесная переправа, переправа маятником, переправа вброд, переправа с наведением, страховкой и сопровождением и др. (Практические занятия: работа с веревками, карабинами, спусковыми и подъемными устройствами)

Итоговое практическое занятие: преодоление имитированных препятствий.

Таблица \_\_\_\_ – Тематическое планирование. 8 класс

№ п/ п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
	<b>Раздел 1. Правила дорожного движения</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>4</b>
1	Вводное занятие. Правила дорожного движения. Актуальность. Статистика.	1	1	
2	Права и обязанности пешехода	1	1	
3	Пассажиром быть не просто	1	1	
4	Расположение транспортных средств на проезжей части	1	1	
5	Регулирование движения	1		1
6	Остановочный и тормозной путь автомобиля	1	1	
7	Дорожные знаки. Классификация и значение. Дорожная разметка и ее характеристика.	2	1	1
8	Особенности движения с внешними световыми и звуковыми приборами.	1	1	
9	Велосипед и мопед. Правила перевозки пассажиров. Средства индивидуальной мобильности.	1	1	

10	Проезд железнодорожных переездов	1	1	
11	Перевозка учащихся на грузовых автомобилях	1	1	
12	Правила поведения при ДТП. Оказание пострадавшим первой доврачебной помощи (без сознания, дыхания и сердцебиения)	1		1
13	Правила поведения участников дорожного движения. Дорожная этика	1		1
	<b>Раздел 2. Медиабезопасность</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>3</b>
14	Могут ли вирусы воздействовать на аппаратуру ПК?	1		1
15	Виртуальная зависимость и пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам	1		1
16	Источники данных в Интернете: почта, сервисы обмена файлами и др.	1	1	
17	Хранение данных в Интернете. Безопасность при скачивании файлов	1	1	
18	Игровая зависимость как навязчивое увлечение компьютерными играми по сети	1		1
19	Разрешается ли скачивать фильмы и музыку из Интернета? Что такое авторское право. Безопасность при просмотре фильмов онлайн	1	1	
20	Методы защиты фото и видеоматериалов от копирования в сети	1	1	
21	Защита персональных данных, почему она нужна. Категории персональных	1	1	

	данных. Биометрические персональные данные			
22	Закон о персональных данных. В каких системах используются ПД. Закон 2002 г. "Об электронно-цифровой подписи" - законодательная основа электронного документооборота	1	1	
	<b>Раздел 3. Оказание первой помощи</b>	<b>12</b>	<b>5</b>	<b>7</b>
23	Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи	1	1	
24	Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения	2	1	1
25	Оказание первой помощи при наружных кровотечениях и травмах	2	1	1
26	Оказание первой помощи при прочих состояниях	1	1	
27	Виды повязок: техника и правила их наложения	2		2
28	Что необходимо знать для того, чтобы научить других оказывать первую помощь	1	1	
29	Способы транспортировки пострадавшего	2		2
30	Итоговое практическое занятие: решение ситуационных задач, оказание первой помощи на практике	1		1
	<b>Итого</b>	<b>35</b>	<b>21</b>	<b>14</b>

Таблица – Тематическое планирование. 9 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
	<b>Раздел 1. Чрезвычайная ситуация: классификация, виды, правила поведения</b>	<b>17</b>	<b>10</b>	<b>7</b>

1	Вводное занятие. Виды и классификация ЧС	1	1	
2	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация	1	1	
3	Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них	1	1	
4	Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах	1		1
5	Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ	1		1
6	Защита от радиационных аварий	1		1
7	Защита от гидродинамических аварий	1	1	
8	Автомобильные аварии и катастрофы	1	1	
9	Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера	1	1	
10	Действия населения при ЧС геологического происхождения	1	1	
11	Действия населения при ЧС метеорологического происхождения	1		1
12	Действия населения при ЧС гидрологического происхождения	1	1	
13	Действия населения при ЧС биологического происхождения	1		1
14	Чрезвычайные ситуации социального характера. Криминогенные ситуации	1	1	
15	Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми. Профилактика возникновения криминогенных ситуаций	1		1



	дома и в общественных местах.			
16	Терроризм и экстремизм - ЧС для государства и общества	1		1
17	Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних	1	1	
	<b>Раздел 2. Образ жизни подростка</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>
18	Составляющие образа жизни подростка. Здоровый образ жизни	1	1	
19	Влияние вредных привычек на организм и образ жизни в целом	2	1	1
20	Двигательная активность и спорт	1		1
21	Формирование правильного взаимоотношения полов. Заболевания, передающиеся половым путем. Важность семьи в жизни человека.	2	1	1
	<b>Раздел 3. Автономное пребывание человека в природной среде»</b>	<b>12</b>	<b>5</b>	<b>7</b>
24	Основные понятия. Ориентирование на местности: способы определения своего местонахождения	2	1	1
25	Сооружение временного укрытия из подручных средств. Выбор места под лагерь	1	1	
26	Питание в туристском походе и при вынужденном пребывании в природной среде	1	1	
27	Виды костров и меры безопасности при их разжигании	2	1	1
28	Вязание туристических узлов. Группы узлов и их назначение	2		2

29	Способы преодоления препятствий в условиях природной среды	2		2
30	Итоговое практическое занятие: решение ситуационных задач, преодоление имитированных препятствий	2	1	1
	<b>Итого</b>	<b>35</b>	<b>18</b>	<b>17</b>

### Материально-техническое обеспечение

1. Персональный компьютер
2. Проектор
3. Роботы-тренажёры (манекены), имитирующие состояние: клинической смерти; биологической смерти; кровотечения из бедренной артерии
4. Веревка (Ø 10 мм)- 20 м – 2 шт.
5. Веревка (Ø 6 мм)- 2 м – 16шт.
6. Жгут кровоостанавливающий – 2 шт.
7. Компас магнитный спортивный с ценой делений 2 градуса – 8 шт.
8. Транспортир полукруговой (цена деления 1 град) – 8шт.
9. Учебные плакаты по ПДД
10. Противогазы гражданские ГП-7 – 8 шт.
11. Шина медицинская – 2 шт.
12. Бинт широкий стерильный – 10 шт.