



**ПРОСВЕЩЕНИЕ**

ОСНОВАНО В 1930

Методические рекомендации  
педагогу по организации и проведению  
Всероссийского урока безопасности  
по теме

**«БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ»**

Рекомендовано для начального и основного  
общего образования

## Аннотация

Министерством просвещения Российской Федерации подготовлен календарь образовательных событий на 2022/2023 учебный год, приуроченных к государственным и национальным праздникам России, памятным датам и событиям российской истории и культуры. Именно этот календарь станет основой для проведения тематических классных часов, организации спецпроектов и поездок, проведения школьных и внеклассных мероприятий.

Мы понимаем, как важно приобщить ребят самого разного возраста к базовым национальным ценностям, как важно привить им правила грамотного поведения в Интернете, на улицах и дорогах, в школе и дома, как важно сформировать у детей понимание ценности человеческой жизни.

С целью реализовать все вышеуказанные задачи группой компаний «Просвещение» была запущена образовательная Всероссийская акция «Урок безопасности». В рамках данной акции разработаны методические рекомендации по организации и проведению урока безопасности.

В методическом материале рассматривается безопасность детей в социуме как одно из условий обеспечения качества жизни. Рассматриваются основные проблемы конфликтов, принципы правильного общения между людьми, изучается манипуляция и её признаки, современные опасные увлечения и хобби молодёжи.

Методические рекомендации адресованы школьным учителям, педагогам дополнительного образования, заместителям директоров по воспитательной работе общеобразовательных учреждений. Все материалы могут быть использованы педагогами начальной и основной школы. Подойдут для организации работы в самых разных форматах: урочная и внеурочная деятельность, тематические проекты, уроки-дискуссии, классные часы.

**Методические материалы разработаны на основе учебных изданий  
АО «Издательство «Просвещение»**

## Содержание

Общение как основа социального взаимодействия _____	<b>3</b>
Конфликты: основные характеристики и причины возникновения _____	<b>6</b>
Что такое манипуляция и как её распознать? _____	<b>9</b>
Как правильно действовать в сложных ситуациях _____	<b>11</b>
Современные увлечения молодёжи: как избежать риска _____	<b>13</b>
Деструктивные сообщества: как не дать себя вовлечь _____	<b>15</b>
Список литературы _____	<b>17</b>

# Общение как основа социального взаимодействия

## УЧЕБНЫЕ ВОПРОСЫ

1. Что такое общение?
2. Принципы правильного поведения.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Обучающиеся должны познакомиться с понятием «общение». Усвоить условия для создания конструктивной ситуации межличностного взаимодействия.

## ОСНОВНЫЕ ТЕРМИНЫ И ПОНЯТИЯ

Общение / межличностное общение / общение в группе / сплоченность

## СОДЕРЖАНИЕ УРОКА

Жизнь в обществе предполагает общение с людьми, которые нас окружают. С помощью этого инструмента мы обмениваемся информацией (иногда жизненно важной), взаимодействуем в разных ситуациях, выстраиваем отношения. Чтобы общение было как можно более эффективным, важно знать принципы, на которых оно строится.

Вопросы ученикам:

Что вы понимаете под словом «общение»?

Как вы думаете, для чего люди общаются?

Какие трудности у вас бывают при знакомстве с новыми людьми?

Каждый день мы общаемся с большим количеством людей, даже не предполагая, что в процессе этого общения оказываем друг на друга социальное влияние. Это означает, что, передавая самую обычную информацию другому человеку, мы воздействуем на его мнение или поведение. Очень часто, независимо от того, осознаём мы это или нет, во время общения мы убеждаем кого-то поступить определённым образом — так, как нам хотелось бы или кажется правильным. Например, убеждая друга отправиться с вами в кино в выходные (хотя, возможно, у него были другие планы на это время) или уговаривая родителей купить вам новый смартфон, вы направляете их мысли в новое русло, влияете на их планы. С учащимися 5–9 классов при формулировании понятия «общение»

акцентировать внимание на том, что процесс социального влияния предполагает такое воздействие одного человека на другого, которое может привести к изменению его мыслей, чувств, а также поведения по отношению к некоему предмету, вопросу, событию, человеку, любой значимой проблеме или ситуации.

Ученикам 1–4 классов достаточно дать простое определение: Общение – это взаимодействие людей друг с другом с целью передачи знаний, опыта, обмена мнениями.

Наше общение может происходить в самых разных ситуациях: в межличностном или групповом взаимодействии, с помощью электронных средств и Интернета. Чтобы понять, как происходит влияние в процессе общения, давайте разберёмся с тем, что представляет собой межличностное общение и общение в группе.

Переговариваясь с соседом по парте, делаясь новостями с мамой, болтая по телефону с одноклассником, обсуждая фильм с подругой, вы участвуете в **межличностном общении**.

Какое значение имеет для нас межличностное общение?

1. Это не только обмен информацией, но и – что ещё более важно и ценно – установление **эмоциональных отношений** с другими людьми.
2. **Получение и оказание поддержки**, стремление быть понятым и принятым в определённой социальной группе. Каждому человеку важно быть своим среди значимых для него людей, почувствовать уважение и признание с их стороны. Только общаясь с другими, **мы становимся частью группы, включаемся в её состав**.

Обсудите с учениками, является ли класс такой группой.

- Как должны вести себя ученики, чтобы им было комфортно в этой группе?
- Предложите им самостоятельно выработать нормы и правила. Для этого наблюдайте за теми учениками, которые вам кажутся успешными в общении. Обратите внимание на вербальные (слова, выражения) и невербальные (поза, жесты, интонации) способы общения, которые используют эти ученики.

Особенности взаимоотношений в группе определяются не только существующими в ней нормами, но и уровнем её **сплочённости**.

Обсудите с ребятами, как они понимают сплочённость? Какое самое важное условие должно соблюдаться, чтобы группу можно было назвать сплочённой?

Низкая сплочённость наблюдается в группе, где отсутствует **единая цель**, каждый действует сам по себе, стараясь самовыразиться даже в ущерб общим интересам. Такое поведение членов группы может привести к возникновению сложных, деструктивных, конфликтных ситуаций взаимодействия.

Высокий уровень сплочённости существует тогда, когда люди тесно **взаимодействуют** и **разделяют ответственность за происходящее в группе**, в равной степени отвечают за свои поступки и делают всё возможное для успешного достижения целей.

Обсудите с учениками, считают ли они свой класс сплочённым.

Обязательно обратите внимание учеников на то, что в процессе общения более 65 % информации передаётся с помощью невербальных средств общения (жестов, мимики, позы, громкости и тембра голоса и т. д.). Другими словами, для нас гораздо важнее не то, что говорит человек, а как он это делает.

А теперь повторим принципы правильного общения в школе:

- Уважайте друг друга. Избегайте столкновений или причинения вреда другим.
- Не забывайте, что вы не одни в школе – уступите дорогу взрослым и младшим, пропустите у двери!
- Оскорбления не разрешены даже во время перемены на территории школы. Это неуважение в первую очередь к себе!
- Умейте правильно себя подать. К этому можно отнести внешние признаки человека: опрятный внешний вид, уверенная ровная походка, чистота обуви.
- Разговаривайте грамотно и спокойно. Умейте чётко и понятно излагать свои мысли, доносить до оппонента нужную информацию, выстраивать конструктивный диалог.
- Соблюдайте этикет в публичных местах: транспорте, больницах, музеях, театрах, библиотеках и т. п.

Мы видим, что процесс общения будет более успешным, если лучше будут учитываться потребности, интересы, знания и эмоциональное состояние

собеседника. Когда мы понимаем, поддерживаем и одобряем действия человека, идём ему навстречу, мы уменьшаем напряжение и создаём дружескую атмосферу. В такой ситуации мы вправе рассчитывать на взаимное выражение доверия, поддержку и понимание со стороны партнёра по общению.

## **Конфликты: основные характеристики и причины возникновения**

Наиболее часто встречающиеся ситуации, которые могут при определённых обстоятельствах стать опасными, — это конфликты и манипуляции. Обсудим их подробнее и научимся их предотвращать.

### **УЧЕБНЫЕ ВОПРОСЫ**

1. Что такое конфликт?
2. Как избежать конфликта?

### **ПЛАНИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ОБУЧЕНИЯ**

Ученики узнают, что такое конфликты, научатся распознавать их и правильно действовать в подобных ситуациях.

### **ОСНОВНЫЕ ТЕРМИНЫ**

Конфликт / ссора

### **СОДЕРЖАНИЕ УРОКА**

К сожалению, наше взаимодействие с другими людьми не всегда носит дружественный характер. Кто из нас не спорил с друзьями? Поводов для этого может быть великое множество. Наверное, даже самому миролюбивому и спокойному человеку доводилось вступать в спор, если он был в корне с чем-то не согласен. Однако не всякий спор является конфликтом. Далее учитель рассматривает понятие конфликта.

Как бы это грустно ни было, но ссоры и конфликты — это неотъемлемая часть нашей жизни. Умение выйти из конфликта — очень важная и нужная способность для каждого из нас.

Разберём же, что такое конфликт, поподробнее. Под конфликтом мы должны понимать отсутствие согласия между людьми. Каждому из нас свойственно быть чем-либо неудовлетворённым, воспринимать всё «в штыки» и переходить из обычного разговора в конфликт сторон, но стоит знать, что он вызывает только плохие мысли и эмоции, обиды и враждебность между нами, поэтому обязательно необходимо научиться избегать его. Правильное поведение, спокойствие и доброта помогут нам в этом.

Ребята, а почему происходят конфликты? Каковы их причины?

Примером могут быть такие ситуации:

1. Не поделили вещь.
2. Не смогли договориться с сестрой/братом о том, что именно подарить маме на 8 Марта.
3. Не смогли определиться с другом, какой именно фильм посмотреть.

Для учащихся 1–4 классов можно дать следующее определение:

Конфликт — это непонимание, когда идёт столкновение разных мнений и интересов.

Способы разрешения конфликтных ситуаций.

Возможные способы разрешения конфликтных ситуаций рассмотрим на одном простом примере, ставшем в психологической практике классическим: двум девочкам достался один апельсин — как им быть? (Ситуацию можно рассматривать с учащимися как начальной, так и основной школы.)

Существует пять вариантов разрешения данного конфликта:

1. Не ссориться и отдать апельсин кому-нибудь третьему. Такой способ разрешения конфликта называется **уход (или избегание конфликта)**. Девочки отказались от апельсина, но сохранили хорошие отношения.
2. Отнять апельсин у подруги. Этот вариант называется **принуждение**. В этом случае продолжение тесного дружеского общения маловероятно, а если оно и не прекратится сразу, конфликтная ситуация может повториться.
3. Добровольно отказаться от апельсина в пользу подруги. Такие действия в конфликтной ситуации называются **уступка**. Как правило, уступает тот, кому важнее сохранить дружеские отношения, нежели получить апельсин, или человек, которому свойственно альтруистическое поведение<sup>❖</sup>.



(Задайте вопрос учащимся, как они понимают понятие «альтруизм»? Какие синонимы можно подобрать к слову «альтруизм»? Подберите противоположное значение к понятию «альтруизм».)

4. Разделить апельсин пополам. Этот способ разрешения конфликта называется **компромисс**. Стороны пришли к согласию, пойдя на взаимные уступки. Каждой из девочек достался не весь апельсин, а только половина — цель достигнута частично.
5. Вступить в **переговоры** и выяснить, для какой цели каждой из девочек нужен апельсин. Оказалось, что одна девочка хотела бы выжать из апельсина сок, а её подруга — использовать кожуру, чтобы испечь печенье с цукатами. В результате переговоров каждая из сторон получила то, что хотела. Итогом конфликта стало сотрудничество и сохранение хороших отношений.

Приведённый пример показывает нам, что прийти к соглашению можно, если правильно выстроить общение с другими людьми, а именно:

- чётко обозначить друг другу предмет спора и свою позицию;
- выяснить, в чём вы сходитесь и в чём расходитесь;
- понять, что для вас и противоположной стороны является самым важным, каковы ваши цели.

Для этого следует задавать оппоненту такие вопросы, которые помогут ему выразить свою позицию.

Попробуйте с учениками разобрать конфликтную ситуацию. Какие способы выхода из конфликта предложат ваши ученики?

Задание для 1–4 классов

Разберём один из вариантов возможного конфликта. Петя без спроса взял у Васи ручку и не отдаёт, правильно ли поступает Петя? Как должен повести себя Вася, чтобы без конфликта вернуть себе ручку обратно?

Задание для 5–7 классов

На перемене Вася выбежал из класса и сбил Дашу с ног. Даша начала плакать, а Вася обвинил Дашу, что она стоит в неподходящем месте. Кто из них прав, а кто виноват, и как решить этот конфликт?

Дополнительная информация (8–9 классы)

Вы поздно пришли домой, родители ругаются и наказывают — неделю сидите дома. Почему ругаются родители? Как можно решить этот вопрос? Часто ли вы извиняетесь перед родителями?

# Что такое манипуляция и как её распознать?

## УЧЕБНЫЕ ВОПРОСЫ

1. Понятие манипуляции.
2. Как не вестись на манипуляцию?

## ПЛАНИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ученики научатся распознавать это явление в обычной жизни и правильно себя вести в таких ситуациях.

## ОСНОВНЫЕ ТЕРМИНЫ

Манипуляция / манипулятор / объект манипуляции

## СОДЕРЖАНИЕ УРОКА

Манипуляция — стремление оказать влияние на восприятие или поведение других людей, побудить их действовать в своих интересах с помощью тактики скрытого обмана. Действия манипулятора всегда бесчестны по отношению к тому, на кого они направлены: пытаюсь добиться добровольного совершения выгодного для себя действия, манипулятор представляет дело в заманчивом для объекта манипуляции свете, однако, истинные мотивы не раскрывает.

1. Манипулятор — это тот, кто управляет сознанием и действиями.
2. Объект манипуляции — это тот, кем управляют, на кого воздействуют.

Далее учитель рассматривает понятие манипуляции.

Вопросы для обсуждения с учащимися:

- Что вы понимаете под словом «манипуляция»?
- Скажите, пожалуйста, вы часто чувствуете, что вами манипулируют?
- Способны ли вы поддаваться манипуляции?

Но что делать, когда нами манипулируют?

Важное правило — нужно здраво оценивать ситуацию и, если вам внушают что-то сделать, помнить про границы личного пространства, что вы способны самостоятельно принимать решения.

Обсудите с учащимися ситуацию на предмет признаков манипуляции. Ваша мама просит вас побыть дома с младшим братом/сестрой, так как она плохо себя чувствует, а отец задержится на работе допоздна. Вы уже давно планировали провести это время с друзьями. Как вы поступите?

Необходимо объяснить школьникам, что такая просьба не относится к манипуляциям.

Признаки манипуляции:

- осуществление некоего психологического воздействия;
- манипулятор относится к оппоненту как к средству достижения цели;
- выигрыш односторонний, манипулятора не беспокоит, как его действия отразятся на оппоненте;
- манипуляция имеет скрытый характер;
- манипулятор играет на слабостях оппонента.

Манипулировать могут:

1. люди, которые хотят от вас чего-то добиться с целью своей выгоды;
2. недобросовестные блогеры в соцсетях, когда хотят заставить вас принять чье-то мнение, но при этом чтобы вы посчитали, что это ваше мнение;
3. рекламщики, продавцы, когда, например, якобы устанавливают скидки на товары, которые и так должны стоить недорого.

Манипулировать люди могут, даже не понимая, зачем они это делают, просто из чувства удовольствия, такие манипуляторы — самые опасные.

Как избежать манипуляции?

Поскольку манипулятор использует наши слабости, главное правило противодействия манипуляции — не показывать их!

1. Научиться говорить «нет».
2. Перестать испытывать чувство вины.
3. Прислушаться к своим чувствам.

Часто объектами манипуляции становятся близкие люди, члены одной семьи. Чтобы минимизировать риск возникновения таких отношений, примите за правило забывать обиды и помнить радости. Если же вас обидели, постарайтесь сразу обсудить ситуацию. Неслучайно народная мудрость

гласит: «Обиды записывайте на песке, а радости высекайте в мраморе и граните».

## Как правильно действовать в сложных ситуациях

### УЧЕБНЫЕ ВОПРОСЫ

1. Сложные ситуации в общении у школьников.
2. Правила поведения в сложных ситуациях.

### ПЛАНИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ученики научатся правильно мыслить и действовать в сложных ситуациях, которые могут возникать в семье, школе и на улице.

### ОСНОВНЫЕ ТЕРМИНЫ

Агрессия / буллинг / мошенничество / вымогательство

### СОДЕРЖАНИЕ УРОКА

Самое сложное, но в то же время самое эффективное — дать отпор манипулятору, дать понять, что его замысел раскрыт, и прекратить такой стиль общения. Совсем другое дело, когда с вами в открытую ведут себя агрессивно. Так, например, вас намеренно толкнул одноклассник в школьном коридоре.

Далее учитель рассматривает понятие «агрессия».

Агрессия — намеренное насильственное нарушение прав другого человека, оскорбительные действия в отношении его, причинившие физический, моральный или психологический вред.

Как вы считаете, часто ли вы можете быть агрессивным человеком? Часто ли вы ругаетесь с друзьями?

Как справиться с направленной агрессией? Не нужно вступать в спор с агрессивно настроенным человеком, в ответ на агрессию нельзя давать физический отпор. Если спокойно поговорить и договориться с агрессором невозможно, прекратите с ним общение.

Далее учитель рассматривает понятие «буллинг».

Буллинг — один из видов насилия, направленный на то, чтобы вызвать страх и подчинить себе другого человека, причинив ему психологический или физический вред.

Как справиться с буллингом? Как вы думаете, можно ли справиться с буллингом в одиночку?

- Специалисты рекомендуют не справляться с этим в одиночку и обращаться к учителю, родителям или другу.
- Важно сохранить чувство собственного достоинства.
- Нельзя подстраиваться под требования обидчиков.

Далее учитель рассматривает понятие «мошенничество».

Мошенничество — это хищение чужого имущества или приобретение права на чужое имущество путём обмана или злоупотребления доверием.

Что можно посоветовать?

Единственное средство защиты от мошенников — ваша внимательность и бдительность. Стоит быть особо внимательным и стараться перепроверять свои действия, когда речь идёт:

1. о персональных данных (пароли/документы/официальные бумаги и пр.);
2. о доступе к финансовой информации (номера счетов/свс-коды на дебетовых и кредитных картах/интернет-кошельки);
3. о доступе к интернет-сервисам, где хранится ваша персональная информация (электронная почта/аккаунты в соцсетях/аккаунты на официальных государственных сервисах услуг и пр.).

Далее учитель рассматривает понятие «вымогательство».

Вымогательство — это попытка получить нечто ценное под угрозой нанесения морального или материального ущерба.

Как действовать при угрозах вымогателей?

- Следует обратиться за помощью к родителям или полиции.
- Не надо показывать, что их угрозы достигли цели и вы боитесь быть опозоренным.

Таким образом, мы выяснили следующее:

1. Буллинг – это намеренное и продуманное причинение вреда. У буллинга только одна цель: контроль и подчинение. Он прекращается, когда агрессоры понимают, что их действия не останутся безнаказанными.
2. Вымогательство и шантаж – это не однократное действие, а длящееся преступление. Если вымогатель добьется желаемого от жертвы хоть один раз, он будет это делать снова и снова.
3. Лучшая защита от мошенничества – продуманные действия. Не давайте мошенникам вынудить вас принять быстрое и необдуманное решение.

## Современные увлечения молодёжи: как избежать риска

### УЧЕБНЫЕ ВОПРОСЫ

1. Какие есть опасные увлечения у молодёжи?
2. Предупреждение риска от увлечений.

### ПЛАНИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Школьники научатся различать опасные увлечения и избегать рисков.

### ОСНОВНЫЕ ТЕРМИНЫ

Увлечения / опасные увлечения / риск / опасность

### СОДЕРЖАНИЕ УРОКА

Увлечения порой являются способом разнообразить жизнь, в которой основное место занимает, как правило, учёба. Важно понимать, что увлечения должны быть безопасными, то есть не должны быть запрещены законом и не должны представлять прямой угрозы для жизни и здоровья человека. Наиболее опасные увлечения:

- несанкционированное восхождение на высотные сооружения (радиомачты, антенны, краны) и даже обычные крыши стареньких и невысоких домов;

- проникновение в подземные коммуникации городов (шахты метро, водосточные коллекторы, бомбоубежища) и на заброшенные и неохраняемые объекты;
- проезд на крыше или подножке транспортного средства (чаще всего электрички или трамвая);
- паркур – стремительное перемещение в условиях сложной городской застройки, преодоление серьёзных препятствий при помощи акробатических элементов, прыжков.

При выборе увлечения необходимо придерживаться простых правил:

- увлечение не должно быть запрещено законом нашей страны и не должно представлять прямой угрозы для жизни и здоровья человека, для безопасности общества и государства;
- включение в практики того или иного увлечения должно быть постепенным, с опорой на хорошее знание теории и типовых ошибок других людей, ставших жертвами собственной глупости или преступной халатности своих сотоварищей по увлечению;
- увлечение должно приносить радость и удовольствие не только в текущий момент времени, но и в будущем, и, что немаловажно, оно не должно причинять дискомфорт вашим близким, заставляя их страдать.

Вопросы для обсуждения с учащимися 1–4 классов:

Какие увлечения у вас есть? Чем бы вы хотели заниматься в свободное время?

Вопросы для обсуждения с учащимися 5–7 классов:

Что бы вы сделали, если бы узнали, что у вашего друга появилось опасное увлечение? Что вы понимаете под понятием «опасное увлечение»? Какие увлечения кажутся вам наиболее опасными?

Вопросы для обсуждения с учащимися 8–9 классов:

Считаете ли вы «селфи» небезопасным увлечением? И почему?

В современном мире существует очень много кружков, секций, клубов по экстремальным видам спорта, где можно заниматься любимым увлечением без риска для здоровья. При этом результатом будут не травмы и увечья, а победы на соревнованиях, гордость за вас родных и близких и классные фото и ролики в соцсетях!

# Деструктивные сообщества: как не дать себя вовлечь

(Данную тему рекомендуется рассматривать только с учащимися 8–9 классов)

## УЧЕБНЫЕ ВОПРОСЫ

1. Что такое деструктивные сообщества?
2. Как не попасть под их влияние?

## ПЛАНИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Учащиеся узнают, как распознать деструктивное сообщество в интернете и почему нельзя вступать в их ряды.

## ОСНОВНЫЕ ТЕРМИНЫ

«Колумбайн» / скулшутинг

## СОДЕРЖАНИЕ УРОКА

Вы знаете, что общение в социальных сетях бывает небезопасным. Главную опасность представляют запрещённые законом сайты деструктивных сообществ, пропагандирующих насилие, жестокость и др. В их числе Columbine и School shooters (пропаганда вооружённых нападений учащегося или стороннего человека на школьников и учителей непосредственно в учебном заведении). В таких сообществах фактически навязываются и пропагандируются насильственные действия, широко обсуждается тема жестокости и травли одноклассников, участники делятся советами, где приобрести принятую в сообществе униформу и средства нападения.

Чтобы не попасть под влияние какого-либо деструктивного сообщества, опасного для вашей жизни и жизни окружающих, необходимо:

- понимать реальную опасность, исходящую от источника в Интернете;
- критически, с позиции взрослого отнестись к очевидному намерению кураторов сайта манипулировать вами, принудить к агрессии, разрушить вашу жизнь;
- избегать каких-либо контактов с сайтами, содержащими призывы к насилию;
- в школьном коллективе выстраивать доброжелательные отношения с одноклассниками на основе взаимного уважения и поддержки.



Вопрос для обсуждения с учениками:

Почему эти и подобные деструктивные группировки относятся к экстремистским, террористическим и запрещены в нашем государстве?

Как действовать в случае вооруженного нападения на образовательную организацию:

- если у вас есть непосредственный контакт или связь с учителями, администрацией образовательной организации или экстренными службами, руководствуйтесь их указаниями;
- незамедлительно покиньте здание или территорию, где началось вооружённое нападение;
- при эвакуации оставьте свои вещи;
- никогда не идите навстречу вооружённому преступнику, не пытайтесь вступить с ним в контакт, разговор, не смотрите ему в глаза. Постарайтесь быстрее скрыться, не привлекая его внимания;
- если вам удалось укрыться, отключите звук на мобильном телефоне. Не переговаривайтесь с одноклассниками и находящимися с вами в укрытии взрослыми, общайтесь жестами;
- помните, что помощь должна прийти быстро. Как только позволит обстановка, незамедлительно наберите номер 112 для того, чтобы связаться с представителем экстренных служб и сообщить ему информацию о месте, времени нападения, количестве нападавших, их вооружении и возможных жертвах нападения;
- не делайте резких движений.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

**Основы безопасности жизнедеятельности 8-9 кл. В 2-х частях.**

Под ред. Шойгу Ю.С. М.: Просвещение, 2022

**Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы.** Хренников Б. О.,

Гололобов Н. В., Льяная Л. И., Маслов М. В./ под ред. С. Н. Егорова. М.:

Просвещение, 2022

**Основы безопасности жизнедеятельности. 5-й класс.** Учебник

для общеобразовательных организаций / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льяная, М. В. Маслов, под ред. С. Н. Егорова. – Москва: Просвещение, 2022.

**Основы безопасности жизнедеятельности. 6-й класс.** Учебник

для общеобразовательных организаций / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льяная, М. В. Маслов, под ред. С. Н. Егорова. – Москва: Просвещение, 2022.

**Основы безопасности жизнедеятельности. 7-й класс.** Учебник

для общеобразовательных организаций / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льяная, М. В. Маслов; под ред. С. Н. Егорова. – Москва: Просвещение, 2022.

**Основы безопасности жизнедеятельности. 8-й класс:** учебник /

Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льяная, М. В. Маслов; под ред.

С. Н. Егорова. – М.: Просвещение, 2022.

**Основы безопасности жизнедеятельности. 9-й класс:** учебник /

Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льяная, М. В. Маслов; под ред.

С. Н. Егорова. – М.: Просвещение, 2022.

## РЕКОМЕНДУЕМЫЕ РЕСУРСЫ

ФКУ «Центр экстренной психологической помощи МЧС России»

<http://www.psi.mchs.gov.ru>

Федеральная служба безопасности Российской Федерации

<http://www.fsb.ru>

Министерство внутренних дел Российской Федерации

<https://мвд.рф>

Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,  
чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий  
<https://mchs.gov.ru>

Центральный научно-исследовательский институт организации  
и информатизации здравоохранения министерства здравоохранения  
Российской Федерации  
<https://mednet.ru>

ЕДИНЫЙ РЕСУРС УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ  
ПО ОБРАЗОВАНИЮ ДЛЯ УЧИТЕЛЕЙ, РОДИТЕЛЕЙ  
И ШКОЛЬНИКОВ

<https://uchitel.club>