

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«НИЖЕГОРОДСКИЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»

---

# ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Методическое  
пособие

---

Нижний Новгород  
Нижегородский институт развития образования  
2010

УДК 372.016:614  
ББК 74.266.8  
О-75

**Авторы-составители**

*В. Г. Пичененко* — канд. воен. наук, проф. кафедры теории и методики физического воспитания и основ безопасности жизнедеятельности ГОУ ДПО НИРО;  
*Е. Е. Конюхов* — канд. мед. наук, доц.;  
*И. Ю. Молев* — гл. специалист по ОБЖ;  
*П. В. Игнатьев* — канд. пед. наук, доц.;  
*И. И. Бондарева* — канд. пед. наук, доц.

**Под редакцией**

докт. пед. наук, профессора, зав. кафедрой теории и методики физического воспитания и основ безопасности жизнедеятельности ГОУ ДПО НИРО  
*В. Т. Чичикина*

**Основы безопасности жизнедеятельности: методическое пособие / ГОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования»;** [под ред. В. Т. Чичикина]. — Н. Новгород: Нижегородский институт развития образования, 2010. — 195 с.

ISBN 978-5-7565-0358-6

В пособии содержится необходимая информация о методиках преподавания ОБЖ, материально-техническом обеспечении учебного процесса по данной предметной области, приводятся выдержки из нормативных документов, регламентирующих требования к преподавателям ОБЖ и учащимся образовательных учреждений, представлены сведения о правовых аспектах обеспечения здоровья и культуре потребления медицинских услуг. Особое внимание уделено наиболее сложным разделам курса — преподаванию основ медицинских и психологических знаний, а также роли педагога в оздоровительной деятельности образовательного учреждения.

Издание адресовано преподавателям-организаторам и учителям курса «ОБЖ» в общеобразовательных учреждениях.

УДК 372.016:614  
ББК 74.266.8

ISBN 978-5-7565-0358-6

© ГОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования», 2010

## КОНЦЕПЦИИ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ ОБЖ

---

**К**урс «Основы безопасности жизнедеятельности» был введен в программы общеобразовательных учреждений Постановлением Совета Министров РСФСР от 14 мая 1991 года № 253 с 1 сентября 1991 года. Он был создан «...для решения задачи подготовки граждан к безопасному поведению в новой повседневной жизни, к рациональным действиям в постоянно возникающих новых опасных и чрезвычайных ситуациях... поскольку фрагментарное включение вопросов безопасности в имевшиеся предметы школьного обучения не имело бы системного характера и не позволило бы в необходимой мере использовать потенциал учебного процесса». В содержание курса были включены также необходимые сведения о воинской обязанности.

В постановлении провозглашен приоритет прав личности и заявлены следующие цели курса:

1. Формирование «личности безопасного типа», представляющей тенденции мировой динамики, знающей основы защиты человека, общества, государства, мирового сообщества от современного комплекса опасных факторов и умеющей применить эти знания на практике.

2. Воспитание гражданственности, патриотизма, ответственности перед собой, обществом и природой.

Однако содержание курса поначалу было весьма неопределенным, носило эклектичный характер и не вполне соответствовало заявленным целям. Многим учителям, директорам школ, научным работникам, руководителям сферы образования представлялось, что ОБЖ — это нечто среднее между НВП и ГО.

Новая концепция ОБЖ предполагает изучение путей, методов и средств удовлетворения потребности человека в безопасности в условиях перехода страны к устойчивому развитию. Используемый в концепции системный подход означает единое видение и взаимосвязанное изучение проблем безопасности личности, общества, государства и мирового сообщества. Защита Отечества в содержании новой образовательной области представляется как объемная сфера жизнедеятельности граждан, осуществляемая прежде всего в их личных интересах.

Курс ОБЖ рассматривается как основной базовый системообразующий сквозной и интегрированный предмет, формирующий современную и компетентную личность. Логичным продолжением его на этапе профессионального образования является курс БЖД.

Безопасность жизнедеятельности — это в прямом смысле определенное качество жизнедеятельности. Без него созданные человеком технологии привели в конце XX века к возникновению рукотворной угрозы глобальной катастрофы — либо экологической (от преобразования человеком природной среды), либо военной (от конфликтов с применением оружия массового поражения). Новая угроза изменила весь комплекс проблем безопасности.

«Безопасность жизнедеятельности» как образовательная область — это инструмент формирования в обществе новой культуры безопасности, нацеленной прежде всего на предотвращение катастроф любого масштаба.

Новая культура безопасности является главным условием перехода цивилизации к устойчивому развитию, оставляющему право на жизнь будущим поколениям. Ее формирование связано с необходимостью распространения нового мировоззрения, которое должно способствовать смене вектора развития цивилизации от «максимального удовлетворения непрерывно растущих материальных потребностей» за счет безоглядного использования природных ресурсов на «направляемое развитие» в пределах «хозяйственной емкости» естественной биосферы как единственно возможной среды обитания человека. Поскольку формирование и внедрение новой культуры безопасности в реалиях XXI века имеет судьбоносное значение, эта культура должна сбалансированно удовлетворять интересы и личности, и общества, и государства, и мирового сообщества. Новая культура безопасности должна строиться с учетом полного спектра со-

временных угроз и вобрать в себя все созданные человеком технологии обеспечения безопасности.

**Культура безопасности** — это способы разумной жизнедеятельности человека в области обеспечения своей безопасности, результаты этой жизнедеятельности и уровень развития личности и общества в этой области.

Для решения проблемы безопасности в современных условиях требуется становление новой культуры безопасности, основанной на научных, системных подходах.

С этих позиций в программу курсов повышения квалификации учителей и преподавателей-организаторов ОБЖ, проводимых в ГОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования», включен раздел «Современный комплекс проблем безопасности», направленный на формирование культуры безопасности, системно выстроенного представления о совокупности взаимосвязанных угроз безопасности личности, общества, государства, мирового сообщества. Более подробно, за пределами школьных программ, с научными основами теории безопасности и современного комплекса проблем безопасности можно ознакомиться на сайтах [www.fnimb.org](http://www.fnimb.org), [www.vodaspb.ru](http://www.vodaspb.ru), в работах В. В. Сапронова (2002—2008 гг.), часть документов представлена на компакт-диске кафедры теории и методики физического воспитания и основ безопасности жизнедеятельности «Учебно-методические пособия для преподавателя ОБЖ», подготовленном в ГОУ ДПО НИРО.

Ввиду актуальности проблемы «Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях» с 2006 года сотрудники кафедры разработали курс лекций и мультимедийных презентаций в объеме шести учебных часов. Данный модуль включен в учебно-тематические планы повышения квалификации педагогов всех специальностей.

Основными задачами современной концепции образовательной области ОБЖ являются:

- ↪ формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и готовности к военной службе;
- ↪ снижение отрицательного влияния «человеческого фактора» на безопасность личности, общества и государства;
- ↪ духовно-нравственное воспитание учащихся, формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- ↪ противодействие наркотизму и терроризму.

Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности должно предусматривать взаимосвязанное решение следующих задач:

- ↳ воспитание мотивации к безопасному поведению;
- ↳ формирование системы знаний, умений и навыков безопасного поведения и убежденности в их истинности;
- ↳ воспитание характера, личностных качеств, способствующих предупреждению и преодолению опасных ситуаций;
- ↳ организация психологической подготовки к безопасному поведению;
- ↳ обеспечение физической подготовки к действиям в экстремальных условиях.

Новая образовательная область должна базироваться на новых «прорывных» педагогических технологиях, использующих все возможности современной информатизации учебного процесса, и осуществляться через эффективные практические здоровьесформирующие и здоровьесберегающие модели.

Изложенные концептуальные основы целесообразно реализовать в учебных программах всех этапов образования и воспитания в области безопасности жизнедеятельности.

# НОРМАТИВНАЯ БАЗА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ ОБЖ

---

## ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СТАНДАРТ ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» реализует основные положения Конституции Российской Федерации, федеральных законов «Об образовании», «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об экологической безопасности», «О борьбе с терроризмом», «О радиационной безопасности населения», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», «О гражданской обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащего», «Об альтернативной гражданской службе», Основ законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан, Концепции национальной безопасности Российской Федерации и других нормативно-правовых актов в области безопасности.

Основным документом, определяющим содержание образовательной области ОБЖ, является Государственный стандарт, разработанный в рамках Закона «Об образовании».

Государственный стандарт общего образования — это нормы и требования, определяющие обязательный минимум содержания основных образовательных программ общего образования, максимальный объем учебной нагрузки обучающихся,

уровень подготовки выпускников образовательных учреждений, а также основные требования к обеспечению образовательного процесса (в том числе к его материально-техническому, учебно-лабораторному, информационно-методическому, кадровому обеспечению).

Назначением Государственного стандарта общего образования является **обеспечение:**

↪ равных возможностей для всех граждан в получении качественного образования;

↪ единства образовательного пространства в Российской Федерации;

↪ защиты обучающихся от перегрузок и сохранения их психического и физического здоровья;

↪ преемственности образовательных программ на разных ступенях общего образования, возможности получения профессионального образования;

↪ социальной защищенности обучающихся;

↪ социальной и профессиональной защищенности педагогических работников;

↪ прав граждан на получение полной и достоверной информации о государственных нормах и требованиях к содержанию общего образования и уровню подготовки выпускников образовательных учреждений;

↪ основы для расчета федеральных нормативов финансовых затрат на предоставление услуг в области общего образования, а также для разграничения образовательных услуг в сфере общего образования, финансируемых за счет средств бюджета и средств потребителя, и для определения требований к образовательным учреждениям, реализующим государственный стандарт общего образования.

Государство гарантирует **общедоступность и бесплатность** общего образования в образовательных учреждениях в пределах, определяемых государственным стандартом общего образования.

Государственный стандарт общего образования является **основой:**

↪ разработки федерального базисного учебного плана, образовательных программ начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования, базисных учебных планов субъектов Российской Федерации, учебных планов

образовательных учреждений, примерных программ по учебным предметам;

↪ объективной оценки уровня подготовки выпускников образовательных учреждений;

↪ объективной оценки деятельности образовательных учреждений;

↪ определения объема бюджетного финансирования образовательных услуг, оказание которых гражданам на безвозмездной основе гарантируется государством на всей территории Российской Федерации;

↪ установления эквивалентности (нострификации) документов об общем образовании на территории РФ;

↪ установления федеральных требований к образовательным учреждениям в части оснащённости учебного процесса, оборудования учебных помещений.

В соответствии с Государственным стандартом содержания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», утвержденным приказом МО России от 5 марта 2004 года № 1089, изучение основ безопасности жизнедеятельности на ступени основного общего образования направлено на достижение следующих целей:

↪ освоение знаний о здоровом образе жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;

↪ развитие качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

↪ воспитание чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;

↪ овладение умениями предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

#### **Обязательный минимум содержания образовательных программ по курсу ОБЖ**

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.

Здоровый образ жизни. Факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье. Вредные привычки и их профилактика.

Опасные ситуации на дороге. Правила дорожного движения (для пешеходов и велосипедистов). Опасные ситуации на транспорте. Поведение пассажиров в общественном транспорте.

Пожар. Возможные причины пожара. Меры пожарной безопасности. Правила поведения на пожаре. Использование средств пожаротушения.

Опасные ситуации и правила поведения на воде. Оказание помощи утопающему.

Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др.

Использование индивидуальных средств защиты: домашней медицинской аптечки, ватно-марлевой повязки, респиратора, противогаза.

Безопасное поведение человека в природных условиях: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия.

Меры безопасности при пребывании человека на территории с неблагоприятными экологическими факторами. *Предельно допустимые концентрации (ПДК) вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания* \*.

Ситуации криминогенного характера, меры предосторожности и правила поведения. Элементарные способы самозащиты.

Опасные ситуации и меры предосторожности в местах большого скопления людей (в толпе, местах проведения массовых мероприятий, на стадионах).

Меры предосторожности при угрозе совершения террористического акта. Поведение при похищении или захвате в качестве заложника.

**Оказание первой медицинской помощи.**

Первая медицинская помощь при отравлениях, ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях.

**Основы безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях.**

Чрезвычайные ситуации природного характера и поведение в случае их возникновения.

\*

Здесь и далее светлым курсивом выделен материал, который подлежит изучению, но не включается в «Требования к уровню подготовки выпускников».

Чрезвычайные ситуации техногенного характера и поведение в случае их возникновения.

Действия населения по сигналу «Внимание всем!» и сопровождающей речевой информации.

Средства коллективной защиты и правила пользования ими. Эвакуация населения.

### Требования к уровню подготовки выпускников

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен *знать/понимать*:

↪ основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;

↪ правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;

↪ способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добытие огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия;

*уметь*:

↪ действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;

↪ соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;

↪ оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;

↪ пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;

↪ вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;

↪ действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения;

*использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:*

↪ для обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;

- ↳ соблюдения мер предосторожности и правил поведения в общественном транспорте;
- ↳ пользования бытовыми приборами и инструментами;
- ↳ проявления бдительности, безопасного поведения при угрозе террористического акта;
- ↳ обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

## СРЕДНЕЕ (ПОЛНОЕ) ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ

**У**чебные предметы федерального компонента представлены на двух уровнях — базовом и профильном. Оба уровня стандарта имеют общеобразовательный характер, однако ориентированы на приоритетное решение разных комплексов задач.

**Базовый уровень** стандарта учебного предмета ориентирован на формирование общей культуры и в большей степени связан с мировоззренческими, воспитательными и развивающими задачами общего образования, задачами социализации.

**Профильный уровень** стандарта учебного предмета выбирается исходя из личных склонностей, потребностей учащегося и ориентирован на его подготовку к последующему профессиональному образованию или профессиональной деятельности.

### Базовый уровень

Изучение основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне среднего (полного) общего образования направлено на достижение следующих целей:

↳ освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;

↳ воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;

↳ развитие черт личности, необходимых для безопасного

поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;

↪ овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

### Обязательный минимум содержания основных образовательных программ

Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности.

Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Факторы, разрушающие здоровье.

Репродуктивное здоровье. Правила личной гигиены. *Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.*

Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, переломах, кровотечениях; навыки проведения искусственного дыхания и прямого массажа сердца.

Государственная система обеспечения безопасности населения.

*Основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации.*

Чрезвычайные ситуации природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера.

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС).

Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

Государственные службы по охране здоровья и обеспечению безопасности населения.

**Основы обороны государства и воинская обязанность.**

Защита Отечества — долг и обязанность граждан России. Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан.

Вооруженные силы Российской Федерации — основа обороны государства. *История создания Вооруженных сил.* Виды Вооруженных сил. Рода войск.

Обязательная подготовка к военной службе. Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности. Первоначальная постановка на воинский учет, медицинское освидетельствование. Призыв на военную службу.

Общие обязанности и права военнослужащих.

Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту. Альтернативная гражданская служба.

Государственная и военная символика Российской Федерации, традиции и ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации.

*Военно-профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в Вооруженных силах Российской Федерации.*

### **Требования к уровню подготовки выпускников**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен **знать/понимать**:

⇨ основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

- ↪ потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- ↪ основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- ↪ основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- ↪ состав и предназначение Вооруженных сил Российской Федерации;
- ↪ порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- ↪ основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- ↪ основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- ↪ требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;
- ↪ предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- ↪ предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- уметь:
  - ↪ владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
  - ↪ владеть навыками в области гражданской обороны;
  - ↪ пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
  - ↪ оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:
  - ↪ для ведения здорового образа жизни;
  - ↪ оказания первой медицинской помощи;
  - ↪ развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
  - ↪ обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.

**СРЕДНЕЕ (ПОЛНОЕ) ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ.  
ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ.  
ПРОФИЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ**

**И**зучение основ безопасности жизнедеятельности на профильном уровне среднего (полного) общего образования направлено на достижение следующих целей:

⇨ освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; об основах обороны государства, о порядке подготовки граждан к военной службе, призыва и поступления на военную службу, прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;

⇨ овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;

⇨ развитие качеств личности (эмоциональной устойчивости, смелости, решительности, готовности к перегрузкам, умения действовать в условиях физического и психологического напряжения и др.), необходимых гражданину для прохождения военной службы по призыву и контракту в Вооруженных силах Российской Федерации или других войсках;

⇨ воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; уважения к героическому наследию России, ее государственной символике; патриотизма и чувства долга по защите Отечества.

**Обязательный минимум содержания  
основных образовательных программ**

Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности.

Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Факторы, разрушающие здоровье.

Физическая и психологическая подготовка к профессиональной деятельности. Нормативы физической подготовленности.

Первая медицинская помощь при ранениях, тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, переломах,

кровотечениях; навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

**Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях.**

Основы законодательства Российской Федерации по организации защиты населения.

Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера.

Основные направления деятельности государства по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Государственные службы по охране здоровья и обеспечению безопасности населения, защите от чрезвычайных ситуаций.

Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Эвакуация населения из прогнозируемых зон поражения. Инженерная защита населения от поражающих факторов в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты. Приборы радиационной и химической разведки. Дозиметрический контроль, средства и порядок проведения. Основные задачи гражданской обороны. Организация гражданской обороны образовательного учреждения.

Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасного поведения населения, оказавшегося на территории военных действий.

**Основы обороны государства.**

Оборона государства — система мер по защите его целостности и неприкосновенности. Основные положения Концепции национальной безопасности и Военной доктрины Российской Федерации. Основные угрозы военной безопасности России.

Основные этапы создания, боевые традиции и воинские символы Российской армии и Вооруженных сил Российской Федерации.

Вооруженные силы Российской Федерации, их правовой статус. Состав Вооруженных сил. Виды Вооруженных сил и рода

войск, их предназначение и задачи. Другие войска, их состав и предназначение.

Модернизация вооружения, военной и специальной техники. Техническая оснащенность и ресурсное обеспечение Вооруженных сил.

#### Основы военной службы.

Правовые основы военной службы. Воинская обязанность. Основные положения Федеральных законов РФ «О воинской обязанности и военной службе» и «Об альтернативной гражданской службе».

Прохождение военной службы по призыву, контракту. Альтернативная гражданская служба.

Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Общевоинские уставы Вооруженных сил Российской Федерации.

Моральные, индивидуально-психологические и профессиональные качества гражданина, необходимые для военной службы.

Психические свойства личности и психология воинского коллектива. Формы общения в воинском коллективе. Профилактика неуставных взаимоотношений.

Права и ответственность военнослужащих. Нормы международного гуманитарного права.

#### Элементы начальной военной подготовки.

Основы строевой подготовки. Строевые приемы и движение с оружием и без оружия. Строй отделения — развернутый, походный.

Основы огневой подготовки. Назначение и боевые свойства личного оружия. Порядок неполной разборки и сборки оружия (на примере автомата Калашникова). Приемы и правила стрельбы. Выполнение начального упражнения стрельбы из автомата на базе воинской части.

Основы тактической подготовки. Обязанности солдата в бою. Способы метания ручных осколочных и противотанковых гранат. Способы ориентирования на местности. Движение по азимуту.

*Основы технической и прикладной физической подготовки. Занятия специальными упражнениями (упражнения на специальных снарядах, преодоление полос препятствия, плавание, марш-броски, спортивное ориентирование и др.).*

Обеспечение безопасности военной службы. Общие требования к безопасности военной службы. Предупреждение гибели и травматизма военнослужащих. Обязательное государственное страхование жизни и здоровья военнослужащих.

Организация и подготовка к учебным сборам на базе воинской части. Ознакомление с примерным учебным планом по организации и проведению учебных сборов на базе воинской части, режимом дня, условиями пребывания в воинской части, правилами безопасности во время учебных сборов.

**Военно-профессиональная ориентация.**

Цели и задачи военно-профессиональной ориентации. Овладение военно-учетными специальностями. Занятия военно-прикладными видами спорта.

Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Классы сводных воинских должностей. Командные воинские должности.

Подготовка офицеров запаса на военных кафедрах образовательных учреждений высшего профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных сил Российской Федерации, МВД России, ФСБ России, МЧС России.

Основные виды образовательных учреждений военного профессионального образования. Порядок подготовки и поступления в военные учреждения профессионального образования Минобороны России, МВД России, ФСБ России, МЧС России и других ведомств по обеспечению безопасности населения.

### **Требования к уровню подготовки выпускников**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на профильном уровне ученик должен **знать/понимать**:

↪ основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;

↪ потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

↪ основные задачи и структуру государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;

↳ основы российского законодательства о защите Отечества и воинской обязанности граждан;

↳ основные виды военно-профессиональной деятельности, особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;

↳ нормы международного гуманитарного права;

↳ назначение и боевые свойства личного оружия;

↳ средства массового поражения и их поражающие факторы;

↳ защитные сооружения гражданской обороны и правила их использования;

↳ правила приема в образовательные учреждения военного профессионального образования Минобороны России, МВД России, ФСБ России, МЧС России;

уметь:

↳ владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

↳ пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

↳ оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

↳ использовать полученные знания при первоначальной постановке на воинский учет;

↳ выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова;

↳ вести стрельбу из автомата по неподвижным целям;

↳ владеть навыками безопасного обращения с оружием;

↳ ориентироваться на местности по карте и двигаться в заданную точку по азимуту;

↳ обращаться с приборами радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля;

↳ выполнять элементы строевой и тактической подготовки;

↳ выполнять упражнения по физической подготовке в объеме требований, предъявляемых к молодому пополнению воинских частей и кандидатам, поступающим в высшие военно-учебные заведения;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:

↳ для ведения здорового образа жизни;

↳ оказания первой медицинской помощи; вызова в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи.

## РЕГИОНАЛЬНЫЙ БАЗИСНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

---

**Н**а основе государственного стандарта разрабатывается федеральный базисный учебный план (БУП), который служит основой при составлении региональных (национально-региональных) учебных планов и учебных планов образовательных учреждений. В федеральном базисном учебном плане предложено годовое распределение часов, что дает возможность образовательным учреждениям перераспределять нагрузку в течение учебного года, использовать модульный подход, строить учебный план на принципах дифференциации и вариативности. Федеральный компонент БУПа предполагает дополнение и уточнение распределяемых часов, включение регионального и школьного компонентов в образовательные программы.

Региональный базисный учебный план Нижегородской области утвержден на основании приказа Министерства образования Российской Федерации от 9 марта 2004 года № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования», приказа Министерства образования Российской Федерации от 5 марта 2004 года № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» и решения коллегии министерства образования и науки Нижегородской области от 1 марта 2005 года.

Пунктом первым данного приказа утверждается прилагаемый региональный базисный учебный план общеобразовательных учреждений Нижегородской области на период с 2005 по 2010 год; пунктом вторым руководителям органов управления образованием, общеобразовательных учреждений рекомендовано «использовать план и методические рекомендации как основу для разработки учебных планов ОУ области» с сохранением структуры учебного плана.

Региональный базисный учебный план предусматривает следующую организацию изучения ОБЖ в общеобразовательных классах:

⇨ на первой ступени обучения (1—4 классы) интегрировано в рамках предмета «Окружающий мир». По решению педагогического совета ОБЖ может преподаваться в качестве самостоятельного предмета за счет часов школьного компонента;

⇨ на второй ступени обучения (5—9 классы) преподавание ОБЖ осуществляется в объеме одного часа в неделю ежегодно;

⇨ на третьей ступени обучения (10—11 классы) изучение ОБЖ организуется в объеме одного часа в неделю в течение 2 лет с проведением учебных сборов на базе воинских частей; по окончании 10 класса — в объеме не менее 40 часов.

## ОСНОВНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ

(6-дневная неделя)

Образовательные области	Учебные предметы	Количество часов в неделю					Всего
		5 кл.	6 кл.	7 кл.	8 кл.	9 кл.	
Федеральный компонент							
Филология	Русский язык	6	6	4	3	2	21
	Литература	2	2	2	2	3	11
	Иностранный язык	3	3	3	3	3	15
Математика	Математика	5	5	5	5	5	25

Окончание табл.

Образовательные области	Учебные предметы	Количество часов в неделю					Всего
		5 кл.	6 кл.	7 кл.	8 кл.	9 кл.	
Информатика	Информатика и ИКТ	–	–	–	1	2	3
Обществознание	История	2	2	2	2	2	10
	Обществознание (включая экономику и право)	–	1	1	1	1	4
	География	–	1	2	2	2	7
	Краеведение	–	–	1	–	–	1
Естествознание	Природоведение, биология	2	1	2	2	2	9
	Физика	–	–	2	2	2	6
	Химия	–	–	–	2	2	4
Искусство	Музыка и ИЗО	2	2	2	1	1	8
Физическая культура	Физкультура	2	2	2	2	2	10
	Основы безопасности жизнедеятельности	1	1	1	1	1	5
Технология	Технология	2	2	2	1	1	8
Национально-региональный компонент		2	2	2	2	2	10
Обязательная нагрузка		29	30	33	32	33	157
Компонент образовательного учреждения		2	2	1	3	2	10
Максимальный объем учебной нагрузки (6-дневная неделя)		31	32	34	35	35	167

**ОСНОВНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ**  
(5-дневная неделя)

Образовательные области	Учебные предметы	Количество часов в неделю					Всего
		5 кл.	6 кл.	7 кл.	8 кл.	9 кл.	
Федеральный компонент							
Филология	Русский язык	6	6	4	3	2	21
	Литература	2	2	2	2	3	11
	Иностранный язык	3	3	3	3	3	15
Математика	Математика	5	5	5	5	5	25
Информатика	Информатика и ИКТ	–	–	–	1	2	3
Обществознание	История	2	2	2	2	2	10
	Обществознание (включая экономику и право)	–	1	1	1	1	4
	География	–	1	2	2	2	7
	Краеведение	–	–	1	–	–	1
Естествознание	Природоведение, биология	2	1	2	2	2	9
	Физика	–	–	2	2	2	6
	Химия	–	–	–	2	2	4
Искусство	Музыка и ИЗО	2	2	2	1	1	8
Физическая культура	Физкультура	2	2	2	2	2	10
	Основы безопасности жизнедеятельности	1	1	1	1	1	5
Технология	Технология	2	2	2	1	1	8
Обязательная нагрузка		27	28	31	30	31	147
Компонент образовательного учреждения		1	1	–	2	1	5
Максимальный объем учебной нагрузки (5-дневная неделя)		28	29	31	32	32	152

**СРЕДНЕЕ (ПОЛНОЕ) ОБРАЗОВАНИЕ.  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ КЛАССЫ**

Образовательные области	Учебные предметы	Количество часов в неделю		Всего
		10 кл.	11 кл.	
Федеральный компонент				
Филология	Русский язык	1	1	2
	Литература	3	3	6
	Иностранный язык	3	3	6
Математика	Математика	4	4	8
Информатика	Информатика и ИКТ	1	1	2
Обществознание	История	2	2	4
	Обществознание (включая экономику и право)	2	2	4
	География	2	–	3
Естествознание	Биология	1	1	2
	Физика	2	2	4
	Химия	1	1	2
Искусство	МХК	1	1	2
Физическая культура	Физкультура	2	2	4
	Основы безопасности жизнедеятельности	1	1	2
Технология	Технология	1	1	2
Обязательная нагрузка		27	25	52
Компонент образовательного учреждения		9	11	20
Максимальный объем учебной нагрузки (6-дневная неделя)		36	36	72

## РЕГИОНАЛЬНЫЙ БАЗИСНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН ДЛЯ ЛИЦЕЕВ

Основное общее образование  
Образовательная область «Физическая культура»

Учебный предмет «ОБЖ» изучается с 5 по 9 класс как интегрированный в предмет «Физическое воспитание». Необходимо сохранить существующее тематическое планирование. Допустимо увеличение часов физического воспитания до трех за счет компонента ОУ при обязательном обеспечении углубленного изучения хотя бы одного предмета.

Базовые общеобразовательные учебные предметы составляют федеральный компонент учебного плана. Основной целью этой части плана является сохранение единого образовательного пространства и логическое завершение общеобразовательной подготовки на минимальном уровне. Таким образом, базовые предметы являются обязательными для учреждений повышенного статуса и на их изучение не может отводиться меньше указанного количества недельных часов.

К этой части плана следует отнести образовательные области «Филология», «Обществознание» и «Физическая культура».

Изучение ОБЖ на третьей ступени обучения осуществляется в интегрированном виде с физической культурой при обязательной организации после 10 класса летних сборов объемом не менее 40 учебных часов.

### ПРИМЕРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН Оборонно-спортивный профиль

Учебные предметы	Количество часов в неделю
<b>I. Федеральный компонент</b>	
Базовые учебные предметы	
Русский язык	2
Литература	6

Окончание табл.

Учебные предметы	Количество часов в неделю
Иностранный язык	6
Математика	8
История	4
Обществознание (включая экономику и право)	4
Естествознание	6
Профильные учебные предметы	
Физическая культура	8
Основы безопасности жизнедеятельности*	4
<b>II. Региональный (национально-региональный) компонент **</b>	4
<b>III. Компонент образовательного учреждения</b>	
Элективные учебные предметы, учебные практики, проекты, исследовательская деятельность	20

\* Профильные учебные предметы на основе элементов учебных программ военного образования.

\*\* По усмотрению субъекта Российской Федерации.

На базе этих основополагающих документов, исполнение которых образовательными учреждениями обязательно, составляются учебные программы. Выбор программ из числа сертифицированных и рекомендованных Министерством образования — прерогатива образовательного учреждения. Учебная программа не может быть навязана учителю вопреки его интересам и убеждениям. В Нижегородской области кафедра теории и методики физического воспитания и ОБЖ ГОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования» рекомендует использовать программу под редакцией А. Т. Смирнова как наиболее обеспеченную методическими материалами, наглядными пособиями и мультимедийными средствами.

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРЕПОДАВАНИЮ ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» В НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

---

**Р**егиональный базисный учебный план на 2005—2010 годы предусматривает в общеобразовательных классах следующую организацию изучения предмета ОБЖ:

⇨ на первой ступени обучения (1—4 классы) интегрировано в рамках предмета «Окружающий мир». По решению педагогического совета ОБЖ может преподаваться в качестве самостоятельного предмета за счет часов школьного компонента;

⇨ на второй ступени обучения (5—9 классы) преподавание осуществляется в объеме 1 часа в неделю ежегодно;

⇨ на третьей ступени обучения (10—11 классы) изучение ОБЖ организуется в объеме один час в неделю в течение двух лет с проведением учебных сборов объемом не менее 40 часов на базе воинских частей по окончании 10 класса.

Для лицеев и гимназий в основной и полной средней школе ОБЖ изучается интегрированно с предметами «Физическая культура», «Физика», «Химия», «Биология», «История», «Литература» и другими учебными дисциплинами, соприкасающимися с тематикой программы ОБЖ.

В начальных классах рекомендуется работать по авторской программе «Основы безопасности жизнедеятельности» для 1—4 классов общеобразовательных учреждений, подготовленной Л. П. Анастасовой, П. В. Ижевским, Н. В. Ивановой, А. Т. Смир-

новым, М. В. Масловым (Программы общеобразовательных учреждений по ОБЖ под общей редакцией А. Т. Смирнова. — М.: «Просвещение», 2006).

В основной школе с 5 по 9 класс целесообразно отдать предпочтение новой авторской программе А.Т. Смирнова, изданной в 2005—2008 годах.

В средней (полной) школе рекомендуется работать по новой программе А. Т. Смирнова с дополнениями, предложенными кафедрой теории и методики физического воспитания и ОБЖ Нижегородского института развития образования.

Названная учебная программа курса ОБЖ предполагает совместное изучение учебного материала юношами и девушками. При этом необходимо иметь в виду, что разделы программы «Учебные сборы» (10 класс), «Особенности военной службы» (11 класс) являются необязательными для девушек и на это время планируется проведение с ними занятий по специальной программе «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», которая направлена на формирование нравственного, физического и репродуктивного здоровья женщины, изучение вопросов, связанных с созданием семьи. Данные особенности учебного материала программы следует учитывать и при подготовке экзаменационных билетов. Вопросы для мальчиков и девочек целесообразно пометить буквами «М» и «Д».

Вопрос о введении отдельного обучения решается педсоветом совместно с учредителем в зависимости от наличия или отсутствия заявлений со стороны девушек об отказе заниматься разделами ОВС.

В основной школе представлены две линии учебно-методических комплектов (УМК), на которые могут ориентироваться образовательные учреждения:

↔ линия учебно-методических комплектов под редакцией А. Т. Смирнова;

↔ линия учебно-методических комплектов, предложенных С. Н. Вангородским, М. И. Кузнецовым, В. Н. Латчуком, В. В. Марковым, С. К. Мироновым, В. В. Поляковым.

Комплекты под редакцией А. Т. Смирнова разработаны в соответствии с основными положениями Концепции национальной безопасности Российской Федерации и Обязательным минимумом содержания курса ОБЖ основного общего образования.

Учебно-методические комплекты второй линии, подготовленные С. Н. Вангородским, М. И. Кузнецовым, В. Н. Латчуком, В. В. Марковым, С. К. Мироновым, В. В. Поляковым, разработаны в соответствии с требованиями программ курса ОБЖ для общеобразовательных учреждений, одобренных Министерством образования Российской Федерации.

В настоящее время разрабатывается Государственный образовательный стандарт нового поколения, поэтапный переход к его реализации планируется с 2010 года.

Проект базисного учебного плана каждой ступени общего образования предусматривает три раздела: инвариантная часть, вариативная часть, а также внеурочная деятельность, осуществляемая во второй половине дня. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, не учитываются при определении обязательной допустимой нагрузки, но являются обязательными для финансирования.

В инвариантной части базисного учебного плана на изучение ОБЖ отводится по 1 часу в неделю в 7, 8 и 9 классах (план для 10—11 классов находится в стадии разработки), а на внеурочную деятельность, включая и патриотическое направление ее, — 2 часа в неделю с 5 по 9 классы. За счет указанных в Базисном учебном плане часов на внеурочные занятия общеобразовательное учреждение реализует дополнительные образовательные программы, программу социализации учащихся, воспитательные программы. Часы, отводимые на внеурочную деятельность учащихся, используются на различные ее формы, отличные от организации урочной системы обучения. Занятия проводятся в форме экскурсий, кружков, секций, круглых столов, конференций, диспутов, КВН, школьных научных обществ, олимпиад, соревнований, поисковых и научных исследований и т. д.

Время, отведенное на патриотическое воспитание, целесообразно использовать для формирования ценностных ориентаций школьников, подготовки их к жизни в сложившихся природных, антропогенных и социальных условиях. Наполнение конкретным содержанием данного раздела находится в компетенции образовательного учреждения. Рекомендуется при определении содержания образовательной деятельности ориентироваться на программу по ОБЖ под редакцией А.Т. Смирнова для 5—6 классов, в частности включать разделы: «Человек, среда

его обитания», «Безопасное поведение в быту», «Город как среда обитания», — знакомить учащихся с региональными особенностями и традициями, формируя навыки обеспечения безопасности в природной среде и положительное эмоциональное отношение к родному краю. При этом можно использовать интерактивные игровые программы, мультимедийные пособия на исторические и патриотические темы (издательство «Армпресс»).

Особенностью новых программ по курсу ОБЖ является попытка организовать интегрированное обучение безопасности личности, общества, государства, планеты Земля и человечества.

По итогам освоения программы ОБЖ обучающимся в аттестат об основном общем образовании выставляется отметка.

Логическим продолжением данной программы во внеурочное время являются подготовка и участие обучаемых во Всероссийском детско-юношеском движении «Школа безопасности», в работе различных кружков, секций и клубов, участие в туристических походах, слетах и соревнованиях.

Преподавание программы ведет, как правило, преподаватель-организатор ОБЖ, должностные обязанности которого утверждены постановлением Минтруда России от 17 августа 1995 года № 46.

## ЗАКОНОДАТЕЛЬНАЯ БАЗА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

---

Содержание образовательной области ОБЖ в обязательном порядке включает знание основных законодательных актов в сферах безопасности и здравоохранения. Ниже приводится примерный перечень документов, с которыми должен быть знаком преподаватель-организатор ОБЖ.

### Примерный перечень документов по обеспечению безопасности образовательного учреждения

1. Федеральный закон от 7 февраля 1992 года № 2300-1 «О защите прав потребителей» (ред. от 21.12.2004 г.).
2. Федеральный закон от 5 марта 1992 года № 2446-1 «О безопасности» (ред. от 25.07.2002 г.).
3. Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан (утв. ВС РФ 22 июля 1993 года № 5487-1) (ред. от 29.12.2004 г.).
4. Федеральный закон от 21 декабря 1994 года № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (ред. от 22.08.2004 г.) (принят ГД ФС РФ 11.11.1994 г.).
5. Федеральный закон от 21 декабря 1994 года № 69-ФЗ «О пожарной безопасности» (ред. от 22.08.2004 г.) (принят ГД ФС РФ 18.11.1994 г.).
6. Федеральный закон от 22 августа 1995 года № 151-ФЗ «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей» (ред. от 02.11.2004 г., с изм. от 29.11.2004 г.) (принят ГД ФС РФ 14.07.1995 г.).
7. Семейный кодекс Российской Федерации от 29 декабря 1995 года № 223-ФЗ (принят ГД ФС РФ 08.12.1995 г.) (ред. от 22.08.2004 г.).

8. Федеральный закон от 9 января 1996 года № 3-ФЗ «О радиационной безопасности населения» (ред. от 22.08.2004 г.) (принят ГД ФС РФ 05.12.1995 г.).

9. Федеральный закон от 21 июля 1997 года № 117-ФЗ «О безопасности гидротехнических сооружений» (ред. от 22.08.2004 г.) (принят ГД ФС РФ 23.06.1997 г.).

10. Федеральный закон от 21 июля 1997 года № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (ред. от 22.08.2004 г.) (принят ГД ФС РФ 20.06.1997 г.).

11. Федеральный закон РФ № 28-ФЗ от 12 февраля 1998 года «О гражданской обороне» (ред. от 22.08.2004 г.) (принят ГД ФС РФ 26.12.1997 г.).

12. Федеральный закон от 24 июля 1998 года № 125-ФЗ «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний» (ред. от 01.12.2004 г.) (принят ГД ФС РФ 02.07.1998 г.) (с изм. и доп., вступающими в силу с 01.01.2005 г.).

13. Федеральный закон от 30 марта 1999 года № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» (ред. от 22.08.2004 г.) (принят ГД ФС РФ 12.03.1999 г.).

14. Федеральный закон от 17 июля 1999 года № 181-ФЗ «Об основах охраны труда в Российской Федерации» (ред. от 10.01.2003 г.) (принят ГД ФС РФ 23.06.1999 г.).

15. Федеральный закон от 10 января 2002 года № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (ред. от 22.08.2004 г.) (принят ГД ФС РФ 20.12.2001 г.).

16. Постановление Правительства РФ от 4 сентября 2003 года № 547 «О подготовке населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

17. Постановление Правительства РФ от 24 марта 1997 года № 334 «О порядке сбора и обмена в Российской Федерации информацией в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

18. Постановление Правительства РФ № 1094 от 13 сентября 1996 года «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

19. Постановление Правительства РФ № 620 от 10 июня 1999 года «О гражданских организациях гражданской обороны».

1. Организация антитеррористической деятельности.
  - ↳ Закон РФ «О борьбе с терроризмом» от 25.07.1998 года № 130-ФЗ.
  - ↳ Указ Президента РФ от 13.09.2004 года № 1167 «О неотложных мерах по повышению эффективности борьбы с терроризмом».
  - ↳ Концепция национальной безопасности РФ.
  - ↳ Постановление Правительства РФ от 10.12.02 года № 880 «Об утверждении Положения о Федеральной антитеррористической комиссии».
  - ↳ Методические материалы и рекомендации по обучению сотрудников, обучающихся (воспитанников) основам защиты от террористических актов и от иных чрезвычайных ситуаций.
  - ↳ Приказ начальника управления образования «О комплексе мер по усилению антитеррористической защищенности образовательных учреждений».
  - ↳ Приказ начальника управления образования «О дополнительных мерах по предупреждению террористических актов в образовательных учреждениях».
  - ↳ Приказ начальника управления образования «Об обеспечении безопасности и антитеррористической защищенности».
  - ↳ Положение об антитеррористической группе образовательного учреждения.
  - ↳ Приказ руководителя образовательного учреждения о создании антитеррористической группы (издается ежегодно).
  - ↳ Решения антитеррористических комиссий.
  - ↳ Положение об организации контрольно-пропускного режима в образовательном учреждении.
  - ↳ Акт обследования антитеррористической укреплённости объекта.
  - ↳ Памятки и инструкции о действиях в чрезвычайных ситуациях.
  - ↳ Положение о паспорте безопасности обучающегося (воспитанника).
  - ↳ Паспорт антитеррористической защищенности учреждения.
  - ↳ Ежегодные и перспективные планы мероприятий по антитеррористической защищенности образовательного учреждения.

- ↪ Отчеты о выполнении мероприятий по антитеррористической защищенности образовательного учреждения.
- ↪ Журнал учета посетителей.
- ↪ Копия договора об оказании охранных услуг.
- ↪ Схема охраны объекта.
- ↪ Акты проверки объекта охраны сотрудниками ОВД.
- ↪ Инструкции и памятки сотруднику охраны или ответственному дежурному.
- ↪ Журнал приема и сдачи дежурства и контроля за несением службы.
- ↪ Журнал выдачи ключей и приема помещений под охрану.
- ↪ Список телефонов экстренной помощи, правоохранительных органов, силовых структур и аварийных служб.
- ↪ Планы проводимых практических занятий, тренировок и учений.
- ↪ Графики дежурства ответственных лиц в праздничные и выходные дни.
- ↪ Доклады (отчеты):
  - а) о результатах работы по противодействию терроризму и экстремизму за квартал (поквартально, до 25 марта, 10 июня, 25 сентября, 10 ноября);
  - б) о всех происшествиях и чрезвычайных ситуациях (доклад — немедленно, отчет — в течение 5 рабочих дней с указанием проведенных мероприятий по недопущению и профилактике подобных чрезвычайных ситуаций).

## 2. Деятельность по организации гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций.

- ↪ Закон РФ от 12.02.1998 года № 28-ФЗ «О гражданской обороне».
- ↪ Закон РФ от 21.12.1994 года «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
- ↪ Постановления Правительства РФ:
  - «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС)» № 1113 от 05.11.1995 года;
  - «О создании (назначении) в организациях структурных подразделений (работников), специально уполномоченных на

решение задач в области гражданской обороны» № 782 от 10.07.1999 года;

«О реорганизации штабов по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям» № 1396 от 23.11.1996 года;

«О создании и оснащении служб гражданской обороны и гражданских организаций гражданской обороны (ГО)» № 620 от 10.06.1999 года;

«Об утверждении положения об организации обучения населения в области гражданской обороны» № 841 от 02.11.2001 года и др.

↪ Программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста».

↪ Инструкции по действиям персонала образовательных учреждений в чрезвычайных ситуациях и при выполнении мероприятий гражданской обороны.

↪ Итоговый приказ начальника управления образования «О проведении мероприятий по гражданской обороне в образовательных учреждениях в 20\_\_ году и задачах на 20\_\_ год».

↪ Приказ директора образовательного учреждения о создании объектовых звеньев РС ЧС.

↪ Приказ о создании формирований гражданской обороны.

↪ План проведения основных мероприятий гражданской обороны на 20\_\_ год.

↪ Положение о гражданской обороне учреждения.

↪ Положение о штабе по делам ГО и ЧС образовательного учреждения.

↪ План гражданской обороны учреждения.

↪ План действий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

↪ Положение о службах гражданской обороны.

↪ Функциональные обязанности начальника гражданской обороны учреждения.

↪ Функциональные обязанности начальника штаба по делам ГО и ЧС.

↪ Функциональные обязанности председателя КЧС учреждения.

↪ Функциональные обязанности начальника службы оповещения и связи учреждения.

↪ Функциональные обязанности начальника службы радиационной и химической защиты учреждения.

↪ Функциональные обязанности начальника службы охраны общественного порядка учреждения.

↪ Функциональные обязанности начальника противопожарной службы учреждения.

↪ Функциональные обязанности начальника службы материально-технического обеспечения учреждения.

↪ Функциональные обязанности начальника медицинской службы учреждения.

↪ Функциональные обязанности начальника службы убежищ и укрытий учреждения.

↪ Приказ о подготовке и проведении командно-штабных учений (КШУ), план подготовки и план проведения КШУ.

↪ Приказ о подготовке и проведении общешкольной тренировки «День защиты детей», план ее подготовки и проведения.

↪ Приказ о подготовке и проведении соревнований по программе «Школа безопасности», план их подготовки и проведения.

↪ Расписание занятий по гражданской обороне с постоянным составом школы и журнал учета занятий.

↪ Схема оповещения постоянного состава школы.

### 3. Организация безопасности образовательного и производственных процессов.

↪ Акт государственной комиссии о приемке образовательного учреждения в эксплуатацию (с пакетом обязательной технической документации — технического паспорта).

↪ Акт готовности образовательного учреждения к новому учебному году.

↪ Акт-разрешение на проведение занятий в учебных мастерских и спортивном зале.

↪ Акты испытания гимнастических снарядов и оборудования (перед началом учебного года).

↪ Акт-разрешение на проведение занятий в учебных каби-

нетах (для вновь открываемых или реконструированных кабинетов).

⇨ Акт-разрешение на ввод в эксплуатацию оборудования (после ремонта).

⇨ Приказ по образовательному учреждению о возложении ответственности за состояние охраны труда (ежегодно в целом по учреждению и каждому помещению).

⇨ Соглашение администрации и профсоюзного комитета (представительного органа трудового коллектива) учреждения по охране труда (на календарный год).

⇨ Акт проверки выполнения соглашения по охране труда (два раза в год).

⇨ Должностные инструкции по охране труда всех работников учреждения с их личными подписями (подписи обновляются ежегодно).

⇨ Протоколы по обеспечению безопасности образовательного учреждения (акты на проверку лестниц-стремянков, поясов, манометров, опрессовки бойлеров и т. п.).

⇨ Акты и предписания государственных органов надзора: санэпиднадзора, пожарного надзора, энергонадзора и др.

⇨ Документация по охране труда, которая включает следующие журналы:

— регистрации вводного инструктажа по охране труда (оформляется при приеме на работу сотрудников);

— программы вводного инструктажа по охране труда;

— регистрации инструктажа по охране труда на рабочем месте (оформляется на всех работников два раза в год);

— программы текущего инструктажа по охране труда на рабочем месте;

— регистрации инструктажа обучающихся (воспитанников) по охране труда при организации общественно полезного производственного труда;

— регистрации несчастных случаев (с приложением актов по формам Н-1, Н-2);

— журнал административно-общественного контроля.

#### 4. Обеспечение пожарной безопасности.

⇨ Совместный приказ Министерства по ГО и ЧС РФ и Минобразования РФ от 17.04.2003 года № 190/1668 «О мерах по повы-

шению уровня пожарной безопасности образовательных учреждений».

↪ Совместное письмо Министерства по ГО и ЧС РФ и Минобразования РФ «О противопожарной защите образовательных учреждений» № 30-51-217 ин/об-01 от 12.05.2003 года.

↪ Совместное письмо Министерства по ГО и ЧС РФ и Минобразования РФ «Об усилении противопожарного режима на объектах образовательных учреждений при подготовке к новому учебному году» (№ 30-51-360ин/02-07 от 30.07.2003 г.).

↪ Правила пожарной безопасности в Российской Федерации (ППБ 01-03).

↪ Планы и инструкции по эвакуации людей и имущества.

↪ Информация об оснащении учреждения первичными средствами пожаротушения (об их перезарядке).

↪ Акты проверок на водоотдачу пожарных кранов.

↪ Памятки для занятий с сотрудниками, обучающимися (воспитанниками).

↪ Положение о службе пожарной безопасности образовательного учреждения.

↪ Акты на проведение тренировок по эвакуации людей (ежеквартально).

↪ Приказ о назначении ответственных за пожарную безопасность в целом и по отдельным помещениям (ежегодно).

↪ Инструкции по обеспечению пожарной безопасности.

↪ Журнал учета инструктажа сотрудников по пожарной безопасности.

↪ Акты систематических осмотров по обеспечению на объекте пожарной безопасности (захламленность, складирование строительных материалов, состояние путей эвакуации, запасных выходов и чердачных люков и т. п.).

↪ Приказ о запрещении разведения костров и пользования открытым огнем на территории образовательного учреждения.

↪ Правила пожарной безопасности для образовательных учреждений.

↪ План действий администрации и работников учреждения в случае пожара.

↪ Акт проверки работоспособности системы оповещения о пожаре.

↪ Акт на обработку огнезащитными и огнепреграждающими средствами деревянных несущих конструкций и пустот в межэтажных перекрытиях и перегородках.

#### 5. Обеспечение электробезопасности.

↪ Общие требования электробезопасности (ГОСТ 12.1.019-79 ССБТ).

↪ Схема устройств защитного отключения и доступа к нему.

↪ Правила эксплуатации электроустановок потребителей (ПЭЭП).

↪ Межотраслевые правила по охране труда (правила безопасности) при эксплуатации электроустановок.

↪ Инструкции, плакаты и памятки по работе с электроприборами.

↪ Список лиц, имеющих доступ по электробезопасности (с присвоением группы) среди персонала образовательного учреждения.

↪ Акт проверки сопротивления изоляции и заземления.

↪ План-схема электротехнических коммуникаций.

↪ Акт приемки в эксплуатацию электроустановок.

↪ Договор на обслуживание электроустановок.

↪ Приказ о назначении ответственного лица за электрохозяйство.

↪ Инструкция по оказанию первой доврачебной помощи пострадавшему от электрического тока.

#### 6. Обеспечение санитарно-эпидемиологической безопасности.

↪ Нормативы СанПиНов (требования к освещению, тепловому и световому режимам, расписаниям учебных занятий; максимальные величины образовательной нагрузки, включая объемы домашних заданий и другие санитарные нормы).

↪ Предписания и акты СЭС.

↪ Планы по устранению выявленных недостатков.

↪ Журнал учета прохождения медицинских осмотров работниками (при приеме на работу и периодические).

↪ Список работников, имеющих вредные условия труда.

↪ Акты проверок состояния медицинских аптечек.

#### 7. Обеспечение безопасности на дорогах.

↪ Копии приказов о проведении экскурсий и походов.

↪ Журнал регистрации экскурсий и походов.

↪ Инструкции и памятки руководителю похода и экскурсии.

↪ Заявки в ОВД по организации сопровождения автобусов

и проведению обследования технического состояния используемых транспортных средств.

↪ Инструкция сопровождающему лицу по обеспечению безопасности при осуществлении перевозок детей.

↪ Инструкция для обучающихся (воспитанников) по правилам безопасности при поездках.

↪ Инструкция руководителя учреждения по обеспечению безопасности дорожного движения при организации перевозок детей.

↪ Тематика и памятки для проведения бесед на классных часах.

**8. Обеспечение безопасности на воде в период весеннего паводка.**

↪ Правила оказания первой помощи пострадавшему.

↪ Инструкции, плакаты и памятки о поведении на воде.

↪ Программа или план мероприятий по обучению школьников плаванию.

↪ Инструкция по организации купания в открытых водоемах.

↪ Статистические данные о школьниках, умеющих плавать.

**9. Обеспечение курса ОБЖ.**

↪ Письмо Минобрнауки России от 04.05.01 года № 457/13–13 «О порядке проведения учебных сборов в образовательных учреждениях, реализующих программу среднего (полного) общего образования по курсу ОБЖ».

↪ Инструкция об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны государства и их подготовки по основам военной службы. Утверждена приказом Минобрнауки и Минобрнауки России от 03.05.01 года №203/1936.

↪ Письмо Минобрнауки России от 25.03.99 года № 389/11–12 «О преподавании основ безопасности жизнедеятельности в начальной школе».

↪ Методические рекомендации по организации образовательного процесса в общеобразовательных учреждениях по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» за счет времени вариативной части базисного учебного плана (Москва, 2007).

↪ Примерная программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для общеобразовательных учреждений.

↳ Методические рекомендации по организации занятий курса ОБЖ.

↳ Постановление главы города об организации и проведении учебных сборов.

↳ Планирование внеклассной и кружковой деятельности по ОБЖ.

10. Взаимодействие с городскими (районными) структурами и организациями.

↳ Закон РФ «О воинской обязанности и военной службе» от 28.03.98 года № 53–ФЗ.

↳ План организации первоначальной постановки на воинский учет обучающихся.

↳ План профориентационной работы.

↳ План организации дней призывника.

↳ Журнал регистрации учебы и повышения квалификации сотрудников по вопросам организации безопасности (ГО, электробезопасности и др.).

# МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ ОБЖ

---

## ОБЩИЕ ВОПРОСЫ МЕТОДИКИ ПРЕПОДАВАНИЯ ОБЖ

**М**етодики обучения возникали в целях отбора тех дидактических приемов деятельности школьного учителя, использование которых обеспечивало бы качественное усвоение предметного содержания, заданного специалистами изучаемой научной области (математиками, физиками, биологами и т. д.). Они имели нормативно-рецептурный характер по конкретным вопросам изучения предмета. В XIX веке высказывались мнения о необходимости изменения содержания образования и методов обучения. Однако, несмотря на некоторое оживление внимания методистов к предметному содержанию, основной целью методики обучения к началу XX века оставался поиск дидактических приемов учителя, способствующих эффективному усвоению обучающимися знаний, умений и навыков. Как правило, дидактические приемы отражали отдельные стороны форм учебного процесса.

По мере увеличения числа этих приемов стало ясно, что многие из них могут быть общими для обучения различным предметам. Пришла пора систематизации и обобщения приемов. Такую задачу взяла на себя дидактика, что способствовало ее формированию как научной области. Предметные методики стали рассматриваться в качестве приложений к ней. Методические

исследования начинают выполняться в контексте дидактических концепций, но их основная тематика по-прежнему затрагивает формы и методы обучения.

К середине XX века предметные методики из прикладных дидактик начинают трансформироваться в самостоятельные научные области, призванные ответить на вопросы: кого учить, зачем, чему и как. Реформа образования 70-х годов касалась в основном его содержания. Результаты ее позволили сделать следующий вывод: эффективное решение проблемы совершенствования образования возможно лишь в контексте комплексного ее исследования.

С 70—80-х годов прошлого века начали активно внедряться новые формы обучения, когда поощрялись нестандартные уроки, действовали различные мастерские, студии, разновозрастные классы и т. д. О разнообразии используемых структурных элементов и организационных форм обучения свидетельствуют названия уроков: урок-лекция, урок-дискуссия, урок-студия, урок-эссе и т. д.

Современный урок, сохраняя присущие ему характерные признаки, предстает, таким образом, не как статичная, а как постоянно развивающаяся форма учебного процесса.

Каждому из типов урока, а также отдельным его этапам соответствуют определенные формы взаимосвязанной деятельности учителя и учащихся и их комбинации. Так, при закреплении знаний и формировании умений используются:

⇨ фронтальная и индивидуальная; фронтальная и групповая; групповая и индивидуальная; индивидуальная и групповая формы организации обучения, если изучаются определение понятия и возможности его использования для решения задач;

⇨ фронтальная, групповая и индивидуальная; групповая и индивидуальная; коллективная и групповая формы, если изучаются теоремы, способы их доказательства и применения к решению задач;

⇨ фронтальная, групповая и индивидуальная; групповая и индивидуальная; фронтальная и индивидуальная, если изучаются приемы и способы решения задач.

На этапе проверки знаний и умений эффективны сочетания групповой и фронтальной или индивидуальной и фронтальной форм организации обучения.

Этап изучения нового материала реализуется посредством

взаимосвязи форм групповой и фронтальной, или групповой и коллективной, или индивидуальной и фронтальной, или индивидуальной и коллективной учебной деятельности.

Уроки-практикумы дают хорошую возможность для использования групповой формы работы, для приобщения учащихся в качестве консультантов групп учащихся. Они позволяют осуществлять дифференциацию в обучении, учитывать интересы и возможности школьников, шире привлекать их к творческой деятельности.

На уроках-семинарах открываются возможности для использования и индивидуальной, и коллективной, и групповой форм учебной деятельности, что способствует формированию и развитию навыков самообразования, приобщению школьников к самостоятельной работе, выработке у них умений формулировать гипотезы, анализировать литературу, аргументировать суждения и, наконец, выступать перед аудиторией, отвечать на вопросы товарищей.

Существуют различные комбинации форм организации обучения. Способ организации, в основе которого лежит взаимосвязь групповой и фронтальной форм работы, заключается в следующем: новый материал изучается учащимися коллективно в типологических группах, каждая из которых работает в соответствии со своим заданием, затем учитель организует совместную деятельность учащихся всех групп. Смысл композиции индивидуальной и коллективной форм учебной деятельности заключается в том, что учитель посредством заданий обеспечивает переход от индивидуальной к коллективной работе, что можно осуществить посредством вариативных самостоятельных работ. Взаимосвязь групповой и фронтальной форм работы обуславливает выполнение каждой группой своих заданий с последующим фронтальным обсуждением их результата, анализом ошибок, показом наиболее рациональных способов решения задач.

На учебный процесс оказывают влияние и субъективные факторы: традиции школы, стиль отношений между учителями и учащимися, взаимоподдержка, существующая между ними, требовательность, взаимопомощь, увлеченность учителя, его интересы и многие другие личностные качества.

Есть все основания полагать, что дальнейшая информатизация образования приведет не только к совершенствованию

обычных форм обучения, но и к появлению новых, специфич-ных предметных методик. Высказываются мысли о том, что в XXI веке будет осуществляться плавный переход от традицион-ной школы к созданию информационно-образовательной сре-ды, базирующейся на учебных «человеко-машинных» системах. Большие надежды специалисты связывают со школами дистан-ционного обучения, функционирование которых предполагает пространственную и временную гибкость, индивидуализацию обучения, ориентацию на потребности обучаемых путем использо-вания телекоммуникационных технологий и средств мульти-медиа. Решающая роль при этом отводится персональному ком-пьютеру, который является источником представления учебно-го материала, условий для экспериментирования, служит библиотеккой, центром получения справочной информации и ком-муникационным центром. Посредством компьютерных сетей уче-ники взаимодействуют со школой, осуществляют связь с учи-телем и друг с другом. В свою очередь появление этих возможно-стей вызовет и новые формы более широкого взаимодействия в виде дискуссионных групп, школьных телеконференций, обра-зования семинарских групп, а также реанимации таких форм обучения, как проектная система или лабораторная система, в основе которых находится не урочная система занятий, а «ме-тод проектов» и самостоятельное добывание и усвоение знаний учащимися.

Важную роль для качества образовательного процесса име-ют и принципы обучения, то есть система исходных, основных дидактических положений, требований к процессу обучения, выполнение которых обеспечивает его эффективность. Принципы обучения определяются его целями и задачами, обуслов-ленными требованиями общественного развития, объективны-ми закономерностями учебного процесса, способами использо-вания этих закономерностей в конкретных условиях, и в свою очередь соотносятся с конкретными требованиями к отбору со-держания обучения, выбору его форм, методов и педагогичес-ких средств его осуществления.

Дидактические принципы взаимосвязаны и применяются в комплексе. Поэтому, определяя содержание обучения, готовясь к занятиям и проводя их, педагог руководствуется большин-ством, а в ряде случаев практически всеми принципами одно-временно.

Принципы обучения имеют характер объективных законов, но, в отличие от законов естественных, стихийно не действуют. Для успешного осуществления учебного процесса они должны быть реализованы педагогом в реальном процессе обучения и воспитания обучающихся. Принципы обучения имеют исторический характер, некоторые из них со временем утрачивают свое значение, другие перестраиваются, появляются новые принципы, отражающие современные требования общества, науки, техники к образованию.

В общей дидактике определились основополагающие принципы обучения, которые являются общими для всех образовательных систем и учреждений. К таким общедидактическим принципам обучения относятся:

- ↪ взаимосвязь решения задач образования, воспитания и развития учащихся;
- ↪ научность;
- ↪ систематичность и последовательность;
- ↪ доступность и посильность;
- ↪ наглядность;
- ↪ оптимальное сочетание различных методов, форм и средств;
- ↪ сознательность и активность учащихся в образовательном процессе;
- ↪ прочность и действенность результатов образования, воспитания и развития учащихся.

Указанные принципы в преподавании предметов применяются с учетом их содержания и места в учебном процессе.

Изучение общих подходов к отбору содержания обучения начнем с **преемственности** в обучении. Она состоит в установлении необходимой связи и правильного соотношения между частями учебного предмета на разных ступенях его изучения. Понятие преемственности характеризуют также требования, предъявляемые к знаниям и умениям учащихся на каждом этапе обучения, формам, методам и приемам объяснения нового учебного материала и ко всей последующей работе по его усвоению. Преемственность свойственна учебным планам общеобразовательной школы, что обеспечивает одинаковый объем знаний учащихся соответствующих классов и равные возможности для продолжения ими образования.

Преемственность в расположении материала учебного предмета и в выборе способов деятельности по овладению этим предметом осуществляется с учетом двух факторов:

- ⇨ содержания и логики соответствующей науки;
- ⇨ закономерностей процесса усвоения знаний.

Действие первого фактора является определяющим для соблюдения преемственности в построении учебного предмета: понятия, законы и факты, составляющие основное содержание учебного предмета, располагаются в последовательности, обеспечивающей постепенное развертывание содержания изучаемой отрасли знания, причем последующее должно быть органически связано с предыдущим.

Действие второго фактора — учет закономерностей процесса усвоения — не позволяет прямо переносить содержание определенной научной области знания в учебный предмет, но требует дидактической переработки этого содержания. Так, преемственность реализуется не только в линейном, но и в концентрическом расположении учебного материала. Включение понятия во все более широкие и глубокие связи позволяет обогащать его содержание, обеспечивает преемственность в усвоении форм его существования.

Однако при этом следует избегать логически не оправданных, излишних повторений.

Преемственность должна охватывать не только отдельные учебные предметы, но и отношения между ними. Основой для этого являются объективные связи, в которых находятся различные стороны объекта, изучаемые в разных предметах. Последовательное распространение преемственности на межпредметные связи является важным условием, позволяющим разгрузить учебную программу от излишних повторов.

Последовательное осуществление преемственности придает обучению перспективный характер, при котором отдельные темы рассматриваются не изолированно друг от друга, а в такой взаимосвязи, которая позволяет изучение каждой текущей темы строить не только с опорой на прошлое, но и с широкой ориентировкой на последующие темы.

## МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ И ИХ КЛАССИФИКАЦИЯ

Как следует из характеристики процесса обучения, основными проблемами его являются: цели обучения (для чего учить); содержание обучения (чему учить); формы его организации (как организовать процесс обучения); средства обучения (что использовать в процессе обучения); методы обучения (как обучать). Не принижая значимости каждой из них, отметим, что важнейшей все же являются методы обучения (как обучать). Именно от их эффективности, при любых других условиях и факторах, в конечном счете зависит и количество, и качество получаемых учащимися знаний, навыков и умений.

В педагогике методом обучения принято называть способ взаимосвязанной деятельности педагога и учащихся, направленный на овладение учащимися знаниями, навыками и умениями, их воспитание и развитие.

Чтобы эффективнее использовать методы обучения, необходимо представить их в определенной системе, отражаемой в соответствующей классификации. Широко применяемые в педагогической практике методы, выделяемые по источникам передачи и приобретения знаний и умений, включают:

↪ словесные методы (рассказ, объяснение, беседа, работа с книгой и инструктивными материалами и др.);

↪ наглядные (демонстрация наглядных пособий, кино- и видеофильмов, наблюдения и др.);

↪ практические (упражнения, лабораторно-практические работы и др.).

В зависимости от основных дидактических задач, реализуемых на данном этапе обучения, выделяют методы:

↪ приобретения знаний;

↪ формирования навыков и умений;

↪ применения знаний, их закрепления.

Наличие различных точек зрения на проблему классификации методов отражает естественный процесс дифференциации и интеграции знаний о них. Все более четко обозначается многосторонний, комплексный подход к характеристикам их сущности. Такой подход к характеристике и классификации

методов обучения реализован в разделении методов на три основные группы:

↪ организации и осуществления учебно-познавательной деятельности;

↪ стимулирования и мотивации учебной деятельности;

↪ контроля и самоконтроля за эффективностью учебной деятельности учащихся.

Каждая из названных групп методов включает, в свою очередь, подгруппы и отдельные методы, которые являются инструментом процесса обучения.

Группа методов организации и осуществления учебно-познавательной деятельности учащихся включает словесные, наглядные и практические методы, реализуемые индуктивно или дедуктивно под руководством учителя или самостоятельно.

Методы стимулирования и мотивации учебной деятельности включают методы мотивации учебно-познавательной деятельности, а также методы стимулирования интереса к учебе.

Методы контроля и самоконтроля включают методы устного, письменного и практического контроля и самоконтроля, а также тестирование уровня знаний и умений учащихся.

Метод обучения — понятие многоаспектное. Наличие различных классификаций не означает противопоставления методов обучения друг другу, равно как и не является основанием для предпочтительного применения какого-либо одного из них. Методы всегда как бы проникают друг в друга, характеризуя с разных сторон взаимодействие педагогов и учащихся. И если все-таки говорят о применении в данный момент определенного метода, то это означает, что он доминирует на данном этапе, внося особенно большой вклад в решение основной дидактической задачи.

Каждый метод реализуется совместно с другими методами и с их помощью. Так, репродуктивные и проблемно-поисковые методы реализуются при помощи слова, наглядности, практической деятельности. В свою очередь, система словесных, наглядных и практических методов применяется в репродуктивном или поисковом направлениях ее. Об этом свидетельствуют и названия методов: проблемное изложение, эвристическая беседа, исследовательские лабораторно-практические работы, творческие упражнения, поисковые самостоятельные работы,

самостоятельные наблюдения и т. д. Здесь уже в самих названиях методов заложена направленность их применения.

Поскольку методы обучения — это приемы и способы осуществления учебного процесса, то есть преподавания и учения, каждый метод обучения следует рассматривать в двух ипостасях — деятельности преподавателя и деятельности учащихся.

Деятельность преподавателя складывается из следующих основных компонентов: целевая установка, определение содержания и порядка деятельности учащихся (создание ориентировочной основы действий), собственно обучающая деятельность, руководство познавательной и учебно-производственной деятельностью учащихся, контроль, подведение итогов.

С понятием метод обучения тесно связано другое понятие — прием обучения, или методический прием. Под методическим приемом понимают детали метода, его элементы, составные части или отдельные шаги в той учебной работе, которая происходит при применении данного метода. В процессе обучения как методы, так и методические приемы интегрируются, сочетания их разнообразны. Один и тот же вид работы выступает то как метод, то как прием. Например, в процессе устного изложения демонстрация наглядных пособий является обычно методическим приемом, применяемым наряду с такими, как подготовка учащихся к восприятию изучаемого материала, попутная постановка вопросов к учащимся. В тех же случаях, когда наглядное пособие — основной источник знаний, демонстрация его является методом обучения.

## Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности

### Словесные методы

**Устное изложение.** В процессе обучения устное изложение учебного материала осуществляется с применением комплексного метода — рассказа-объяснения, которое сочетает изложение учебного материала в повествовательной форме с подробными пояснениями, сравнениями, сопоставлениями, обоснованиями, выводами закономерностей, решением задач и т. д.

Общие требования к устному изложению:

↔ научно-техническая достоверность содержания;

- ↙ логическая стройность и последовательность;
  - ↙ доходчивость и доступность для учащихся;
  - ↙ доказательность и убедительность;
  - ↙ четкость и ясность главной мысли на каждом из этапов;
  - ↙ эмоциональность по форме и содержанию;
  - ↙ образность;
  - ↙ стимулирование внимания и активности учащихся.
- Методические приемы устного изложения материала:
- ↙ широкое сочетание дедуктивных и индуктивных способов объяснения;
  - ↙ разнообразие видов деятельности учащихся на уроках (зарисовки и составление схем, графиков, таблиц, изучение иллюстраций в учебниках и др.);
  - ↙ широкое сочетание слова с демонстрацией средств наглядности (образцы, эталоны и др.);
  - ↙ показ кино- и видеофильмов;
  - ↙ проведение мини-бесед с учащимися и т. п.;
  - ↙ проблемное изложение материала, имеющего «естественную» проблемность (построение процессов, выбор способов действий, экономические обоснования и пр.);
  - ↙ широкое использование сравнений, обобщений, теоретических обоснований;
  - ↙ осуществление тесных межпредметных связей путем использования знаний учащихся из других предметных областей;
  - ↙ единство трактовки понятий, сущности явлений, процессов;
  - ↙ применение одних и тех же формулировок, терминологии.

**Беседа** — вопросно-ответный метод организации учебно-познавательной деятельности учащихся и руководства ею. Такая беседа называется эвристической и является разновидностью частично-поискового метода.

Дидактическая сущность данного вида беседы состоит в том, что преподаватель путем постановки перед учащимися вопросов и совместных с ними логических рассуждений подводит учащихся к определенным выводам, составляющим сущность нового учебного материала. При этом преподаватель побуждает учащихся воспроизводить ранее полученные знания, наблюдения, жизненный опыт, сравнивать, сопоставлять, делать умозаключения. Коллективная беседа создает атмосферу общей заинтере-

сованности, повышает внимательность учащихся, стимулирует их активную работу, обеспечивает осознанное усвоение ими знаний на уроке и облегчает домашнюю работу.

Однако беседа как метод обучения по исполнению гораздо сложнее устного изложения. Она требует особой подготовки преподавателя: расчленения изучаемого материала на логически связанные части, формулирования «продуктивных» вопросов, расположения их в соответствии с логикой учебного материала, продумывания возможных ответов учащихся и основных выводов.

Можно выделить некоторые условия применения эвристической беседы при изучении предмета ОБЖ:

↪ содержание учебного материала должно быть логически стройным и четким;

↪ проведение беседы требует сочетания с другими методами и видами учебной работы: объяснением, работой с книгой, а также самостоятельными наблюдениями учащихся и др.

По своему характеру вопросы, применяемые при проведении беседы, могут быть весьма разнообразными. Выделяют следующие группы вопросов:

↪ на сравнение и сопоставление предметов, их изображений, явлений, процессов, фактов и т. п.;

↪ на обобщение и выделение существенных признаков изучаемых фактов, явлений, процессов и формулировку понятий;

↪ на выявление умения использовать знания в различных ситуациях;

↪ на объяснение причины — диагностические;

↪ на выяснение последствий действия, процесса, способа и т. п. — прогностические;

↪ на доказательство, приведение доводов «за» и «против»;

↪ на установление межпредметных связей.

При организации беседы необходимо строго выдерживать ее логический план. Беседу следует заканчивать подведением итогов: преподаватель должен дать точные определения по вопросам, обсуждаемым в процессе беседы.

**Работа учащихся с книгой.** Педагогической наукой предложен ряд методических приемов обучения учащихся работе с книгой: беглое чтение, конспектирование, выделение равного, составление плана прочитанного, разбор задач, ответы на контрольные вопросы, заполнение таблиц.

### Наглядные методы

Важнейшим из органов чувств, с помощью которого человек воспринимает окружающую действительность, является зрение. Учеными установлено, что через органы зрения в мозг поступает от 80 до 90% информации из окружающего мира.

Все это определяет необходимость умелого включения в процесс восприятия средств обучения, связанных с органами зрения, и прежде всего средств наглядности.

Все средства наглядности, используемые в процессе обучения, можно условно разделить на **натуральные** (приборы, детали и узлы оборудования, образцы материалов, изделий и т. п.) и **изобразительные** (плакаты, модели, макеты, схемы, кино- и видеофильмы, слайды, изображения на мониторе компьютера и др.).

Выделяют несколько функций средств наглядности:

⇨ являются иллюстрацией к объяснению преподавателя;

⇨ служат средством для создания у учащихся конкретных наглядных представлений об изучаемых предметах, явлениях или событиях, которые учащиеся не наблюдали;

⇨ выступают самостоятельным источником информации.

Эффективным методическим приемом повышения качества использования средств наглядности является установка на контроль. Для этого до работы с наглядным материалом дается установка на вопросы, по которым будет подводиться итог после демонстрации, или выдается специальное задание на опознание, выделение, сравнение, обоснование и т. д.

### Практические методы

Одним из основных практических методов являются упражнения. Основная цель упражнений, проводимых в процессе изучения учебных предметов, — формирование у учащихся умений практического использования полученных знаний. Упражнения являются также эффективным способом закрепления и совершенствования знаний и умений учащихся.

Все разнообразие упражнений можно свести к трем основным типам: *репродуктивные, творческие, поисковые*.

**Репродуктивные упражнения.** Существенным их признаком является ограниченность заданного содержания области применения знаний. Это в основном задачи на выделение, понимание и выражение содержания, понятого в заданном объекте.

Типичным видом репродуктивных упражнений являются разбор и выполнение чертежей, схем, графиков, диаграмм и т. п.

**Творческие упражнения.** Учащиеся используют полученные знания и умения в различных комбинациях, учатся самостоятельно находить оригинальные решения поставленных задач, способы действия, приобретают умения решать субъективно новые для них проблемы познавательного и практического характера.

Одним из типичных творческих упражнений является решение задач на выбор (приспособлений, способов действий и т. п.), на сравнение и оценку (способов выполнения работы), на определение зависимостей (свойств, технических требований, связей между явлениями и т. п.), на объяснение различных явлений и процессов.

#### **Развитие познавательной потребности**

Любая деятельность человека происходит под влиянием ряда факторов, главным из которых являются потребности. Они вызывают причины поступков, которые в психологии называют мотивами. Основной человеческой потребностью выступает *познавательная* потребность.

Управление мотивационной сферой деятельности учащихся является важным рычагом активизации их познавательной и учебной деятельности.

Положительная мотивация учения во многом зависит от содержания обучения. Импульс к активной познавательной деятельности дает только тот материал, который созвучен потребностям учащихся. Поэтому, проводя урок, учитель должен прежде всего обеспечить четкое осознание учащимися, для чего и почему им нужно изучать данный раздел программы, что именно им предстоит изучить и освоить, каковы учебная задача и конечная цель предстоящей работы.

Для формирования положительной познавательной мотивации учебный материал должен быть информационно насыщенным. Информационно бедный материал мотивационным эффектом не обладает.

Однако содержание обучения — это только предпосылка для положительной мотивации учения. А вот чтобы мотивы возник-

ли, укрепились и развились, учащийся должен начать действовать, то есть включиться в процесс непосредственной учебной деятельности.

Одним из способов реализации «мотивационного аспекта» урока является эффективная организация актуализации знаний и опыта учащихся: создание вводной проблемной ситуации, проведение вводной эвристической беседы, использование увлекательного рассказа преподавателя об истории открытия явления, закономерности, способа, которые предстоит изучать. Важно также, чтобы на этом этапе обучения учащиеся четко осознали перспективу своей работы, ее связь с ранее изученным материалом, убедились в возможности качественного ее выполнения.

Очень важно постоянно развивать «умственный аппетит» учащихся, потребность к размышлениям, сравнениям, сопоставлениям, собственным оценкам.

Значительное влияние на развитие положительных мотивов учения имеет применение в ходе занятий так называемой *методики успеха*. Ее суть состоит в постоянном поддержании и подкреплении у учащихся веры в успех, в свои силы и возможности.

Одним из важных побудителей учащихся к учебной деятельности является оценка, отметка. Но нередко в руках неопытного педагога она становится фактором, способным надолго затормозить развитие познавательных потребностей. Поэтому оценкой как средством мотивации следует пользоваться очень осторожно, педагогически осмотрительно.

Систематическое применение перечисленных приемов формирования и развития мотивации учения приводит к тому, что постепенно она переходит в самомотивацию, когда для успешного учения уже не требуется значительных импульсов со стороны преподавателя.

Говоря о путях воспитания и развития мотивации учения, необходимо особо выделить влияние на учащихся личности преподавателя, его педагогического мастерства, авторитета. Как правило, положительной мотивации учения быстрее добиваются те педагоги, которые умеют раскрыть своим ученикам важность осваиваемого ими предмета, увлечь учащихся поиском нового, оригинального, привлечь к этому весь коллектив учащихся, создать в нем рабочий настрой, атмосферу сотрудничества.

### Активные методы обучения

В последние годы все большее внимание педагогическая наука и практика уделяют методам обучения, которые по своему содержанию и способам осуществления невозможны без высокого уровня внешней и внутренней активности учащихся. Обычно их называют активными методами обучения.

Из таких методов наиболее распространенный — дидактические игры. Включение игр и других активных методов обучения в образовательный процесс обусловлено прежде всего коренными преобразованиями социальных отношений. Процесс превращения человека и общества в целом из объектов, подчиненных государственному воздействию, в субъектов общественной жизнедеятельности необходимо предполагает и адекватные преобразования в школе и других педагогических системах. Естественным в этих условиях является осуществляемый в педагогической науке и практике поиск познавательной и педагогической деятельности, обеспечивающей превращение учащихся и педагогов в субъекта педагогического процесса, в частности, обращение педагогики к играм — специфическому виду деятельности, свойственному человеку на всех этапах его жизненного пути.

Существенное значение имеют и большие возможности игры как средства активизации учебного процесса, обладающего сильным мотивирующим воздействием. Мотивы игровой деятельности содержатся в ней самой и способны выполнять роль «пускового устройства» для формирования других мотивов.

В педагогической практике используется и такое важное свойство игры, как ее способность обеспечивать формирование у учащихся целостного опыта, необходимого им в будущей учебной и практической деятельности. Это свойство игры определяет ее место в учебном процессе и взаимодействие с неигровыми методами обучения.

При изучении отдельных тем курса ОБЖ широкое применение находят деловые игры. Основная их цель — формирование и отработка конкретных умений действовать в четко заданных ситуациях. Массовое применение этого типа игр обусловлено рядом причин.

⇨ Деловые игры значительно повышают познавательную активность учащихся, которые в ходе игры получают и усваивают значительно больше информации, чем при традиционном

усвоении материала. Участники деловой игры более раскрепощены, у них есть возможность проявить себя, результаты игры целиком зависят от ее участников.

⇨ В условиях развития рыночных отношений в стране расширяется сфера деловых контактов и выпускнику школы необходим опыт делового общения в различных ситуациях. Результатом деловых игр часто становятся правильный выбор тактики общения, культура переговоров, знание делового этикета, гибкость, выдержка, такт. Все это работает на создание положительного имиджа, а это важно, особенно в начале самостоятельного пути.

Обязательные признаки деловой игры:

⇨ наличие проблемы или задачи, предлагаемой для решения;

⇨ наделение играющих ролями и ролевыми функциями;

⇨ наличие между играющими взаимодействия, повторяющего (имитирующего) реальные связи и отношения;

⇨ многозвенность цепочки решений, вытекающих одно из другого;

⇨ наличие конфликтных ситуаций вследствие различия интересов участников игры или условий информационной неопределенности;

⇨ наличие системы оценки результатов игровой деятельности, соревновательности или состязательности играющих.

В деловой игре, кроме рядовых игроков, принимают участие: ведущий (руководитель), старшие команд, информационно-арбитражная группа (ассистент руководителя и члены команд).

Функции участников игры всегда различаются.

**Ведущий:**

⇨ комплектует команды, проводит инструктаж, организует ход игры;

⇨ ставит общие цели и цели каждого игрового этапа;

⇨ осуществляет координацию, а в необходимых случаях и коррекцию деятельности команд;

⇨ прилагает усилия для активизации команд;

⇨ следит за ровным ходом игры.

**Старшие команд:**

⇨ прилагают усилия для превращения команд в коллективный субъект деятельности;

⇨ создают в команде творческую атмосферу;

↪ способствуют активному включению каждого участника в творческий процесс в ходе игры.

**Информационно-арбитражная группа (ассистент руководителя):**

↪ ведет сбор и обработку оперативной информации;

↪ анализирует ход игры и дает предложения руководителю по оценке ее результатов.

В задачу игроков (членов команд) входит наиболее полная реализация поставленных целей игры.

Руководителем игры является преподаватель. Его позиция и роль в деловой игре многогранны: до игры он — инструктор; в процессе игры — консультант; при подведении итогов — главный судья и руководитель заключительной дискуссии.

Технологическая схема деловой игры обычно включает три этапа.

**Подготовка игры** — разработка сценария, в содержание которого входят определение учебной цели игры, описание изучаемой или отрабатываемой проблемы, обоснование поставленной задачи, план игры и общее описание процедуры ее проведения, характеристики действующих лиц. На этом этапе также определяется режим игры, выдаются необходимые для игры пакеты материалов, инструкций, правил, даются необходимые консультации.

**Проведение игры** — групповая работа над заданием: работа с источниками, тренинг, «мозговой штурм», межгрупповые дискуссии, защита результатов, работа экспертов и арбитров.

**Анализ игры** — обсуждение и оценка результатов игры: выступления экспертов и арбитров, обмен мнениями, защита учащимися своих решений и выводов.

В заключение преподаватель делает сообщение о достигнутых результатах, отмечает ошибки, формулирует окончательный итог проведенной игры.

Приведем некоторые правила проведения деловых игр, рекомендуемые руководителю игры, следование которым повышает эффективность этой формы учебной работы.

#### 1-й этап. Подготовка игры

↪ При разработке содержания и сценария игры следует учитывать необходимость связи практики с теорией;

↪ разрабатывать правила желательно совместно с учащимися — участниками игры;

↪ по возможности сохранять постоянный состав команд при подготовке к следующим играм;

↪ обеспечивать участников игры всеми необходимыми дидактическими и справочными материалами, документацией и др.;

↪ не допускать несерьезного настроения учащихся к предстоящей игровой деятельности, создавать в классе атмосферу подлинного творческого энтузиазма.

### 2 - й этап. Проведение игры

↪ Четко излагать правила игры, добиваться их понимания и принятия участниками, что во многом определяет ее ход и успех;

↪ быть непосредственным участником игры, предоставлять участникам игры максимальную самостоятельность, воздерживаться от мелочной опеки учащихся;

↪ внимательно следить за игровым азартом и всегда быть готовым к разрешению сиюминутных конфликтов среди участников игры;

↪ постоянно способствовать самоорганизации к самоуправлению учащихся в процессе игры;

↪ строго следить за соблюдением правил игры;

↪ не сводить игру к очередному опросу и контролю знаний учащихся;

↪ не спешить с упреками нерасторопным учащимся и с похвалами победителям.

### 3 - й этап. Оценка результатов игры

↪ Добиваться, чтобы оценка результатов игры судьями из числа участников всегда была справедливой и соответствовала принятым критериям;

↪ давая собственную оценку результатов игры, сверять свое мнение с мнением играющих; в случае их несоответствия подумать о причине этого и не спешить навязывать свое решение;

↪ стараться замечать положительные черты у каждого играющего;

↪ помнить, что в развитии способностей к самостоятельным, творческим решениям важен сам процесс, а не конечный результат;

↪ широко использовать коллективную оценку результатов игры, уметь с нею соглашаться.

Одной из разновидностей деловых игр являются ролевые и управленческие игры, когда учащиеся ставятся в условия необходимости принятия решений в ситуациях общения с товарищами. Такие игры характеризуются значительным эмоциональным воздействием на участников, способствуют формированию норм поведения, развитию умений общения, развивают привычку к взаимопомощи.

В ходе проведения деловых игр учащиеся в специально смоделированных ситуациях обучаются оперативно анализировать заданные условия (вплоть до критических) и принимать оптимальные решения, вести поиск неисправностей на основе заданных параметров, выбирать наиболее целесообразный порядок действий и т. п.

К активным методам обучения относятся также семинарские занятия, включающие три этапа их проведения: лекцию преподавателя по теме семинара, самостоятельную домашнюю работу учащихся по подготовке к семинару и собственно проведение семинара, где учащиеся выступают с докладом по подготовленным темам, проводятся демонстрации специально подготовленных презентаций, делаются необходимые выводы.

К активным методам обучения с полным основанием следует отнести и проблемное обучение, сущность которого заключается в необходимости решения учащимися, поставленными в положение «первооткрывателей», «исследователей», каких-либо учебных, жизненных ситуаций. Остановимся только на основных способах «создания» проблемных ситуаций. Такие ситуации, как правило, создаются на реальном материале учебного предмета через:

⇨ постановку учащихся в условия необходимости практического использования знаний и умений в новых непривычных для них условиях;

⇨ вскрытие противоречий между теоретически возможным путем решения задачи и практической неосуществимостью или нецелесообразностью этого способа;

⇨ постановку учащихся перед необходимостью выбора правильного решения из ряда известных им решений;

⇨ постановку учащихся в условия, когда они осознают, что имеющихся у них знаний недостаточно для решения задачи.

Применение «активных» методов обучения в образовательном процессе способствует формированию у учащихся продук-

тивного, творческого мышления. Необходимость в таком мышлении возникает, когда в жизни, на практике, в учебе учащиеся сталкиваются с новыми для себя проблемами или возникают новые обстоятельства, условия, требуются новые, нестандартные средства и способы деятельности, так как старые в новых условиях уже недостаточны, хотя и необходимы. Такие ситуации называются проблемными.

Проблемная ситуация — неперенное условие, своеобразный пусковой механизм творческого мышления, которое «включается», как только возникает проблемная ситуация, помогая уяснить смысл возникшего затруднения, противоречия. Проблемная ситуация в этом случае переходит в осознаваемую мыслительную задачу, проблему.

На этой основе строится технология проблемного обучения.

При проблемном обучении всегда имеют место постановка и решение познавательных задач (проблем), выдвигаемых в форме вопроса, задания. Однако далеко не всякая проблемная ситуация становится проблемой, хотя каждая проблема содержит проблемную ситуацию. Вопрос, на который учащийся заранее знает ответ, не является проблемой. Не является проблемой и такой вопрос, ответ на который учащемуся неизвестен, поскольку у него нет знаний и опыта для поиска ответа. Таким образом создается проблемная ситуация, не переходящая в проблему.

Проблемой является вопрос или задача, способ решения которой учащемуся заранее неизвестен, но учащийся обладает исходными знаниями и умениями для поиска результата или способа решения. Этими положениями следует руководствоваться при создании или выборе проблемных ситуаций и формулировании проблем. Проблема, познавательная задача возникают на основе противоречия между известным, освоенным и еще неизвестным, между новыми фактами, явлениями, зависимостями и ранее усвоенными знаниями, способами деятельности, в которые эти факты и явления не укладываются. Иначе говоря, противоречия, которые существуют в реальной действительности, отражаются в сознании учащихся только тогда, когда они сталкиваются с ними. Причина, основа проблемы, следовательно, существует объективно, независимо от того, стала ли ситуация проблемной для учащегося, осознал ли он это противоречие, ищет ли он его решение. Но только тогда,

когда учащийся осознает и воспримет противоречие, ситуация становится для него проблемной. Учитывая это, педагогу не следует произвольно, искусственно конструировать проблемную ситуацию. Необходимо производить целесообразный отбор реальных учебных ситуаций, погружать в них учащихся, побуждая их тем самым к открытию нового. Проблемное обучение не означает, что решение проблем должно стать непрерывным процессом: не всякий учебный материал содержит проблемное задание и не всякое проблемное задание можно (или нужно) представлять в форме познавательной задачи или противоречивого суждения. При организации проблемного обучения всегда следует руководствоваться принципом целесообразности. Пути создания проблемных ситуаций разнообразны. Они зависят от характера учебного материала, степени подготовленности учащихся, педагогического мастерства преподавателя.

Огромный вклад в активизацию учебно-познавательной деятельности учащихся вносит рационально организованная *внеклассная работа*. Это — конкурсы, конференции, встречи с ветеранами, видными представителями науки, выставки лучших работ, деятельность предметных кружков и другие формы внеклассной работы.

### **Методы контроля знаний**

В процедуре контроля качества обучения выделяют два основных способа:

- ↪ текущие наблюдения за учебной деятельностью учащихся;
- ↪ проверка знаний и умений учащихся.

Оба этих способа тесно взаимосвязаны, подкрепляют друг друга, содействуя успешному осуществлению процесса обучения.

**Текущие наблюдения** позволяют правильно оценить и при необходимости скорректировать, пополнить уровень знаний, умений и навыков учащихся. Преимуществом такого контроля является его систематичность. Из занятия в занятие преподаватель может анализировать рост или замедление интеллектуальной активности каждого школьника, дифференцированно воздействовать на развитие детей.

В процессе теоретического обучения основным методом контроля является **устная проверка знаний учащихся**.

Устный контроль включает методы индивидуального и фронтального опроса, устных зачетов, устных экзаменов, программированного опроса.

При индивидуальном опросе перед учеником ставится вопрос и он отвечает на него.

**Фронтальный опрос** — это серия связанных вопросов, подразумевающая краткий ответ на них. Вопросы задаются ученикам в определенном порядке (по алфавиту, по занимаемому в классе месту и т. д.) Преподаватель тщательно готовится к такому опросу. Вопросы и ответы должны быть краткими и четкими.

Помимо устного контроля, осуществляется и **письменный контроль**.

Письменная проверка, проводимая в форме тематических и текущих контрольных работ, коллективного обсуждения разработанной учащимися учебной темы, письменных зачетов и др., может занимать часть занятия или все занятие.

Для теоретического обучения характерна также **практическая проверка** умений учащихся: на уроках ОБЖ это может быть сборка и разборка автомата Калашникова, оказание первой помощи пострадавшему и др.

Помимо этого, преподаватели могут проводить **компьютерный контроль** знаний.

Одним из способов **диагностического контроля** является **тестирование**. Основным «инструментом» этого вида контроля служит тест, включающий два основных элемента: задание и эталон — образец правильного и качественного выполнения этого задания, с которым сравниваются ход и результаты деятельности учащихся.

В процессе теоретического обучения тестирование используется в двух вариантах:

⇨ как составная часть, компонент программированного обучения — так называемый **программированный контроль**;

⇨ **тестирование знаний**.

Как уже отмечалось, знания и умения учащихся проявляются в деятельности, которая по характеру использования информации может быть репродуктивной и продуктивной. Каждый из этих видов учебной деятельности может выполняться либо самостоятельно, либо с определенной помощью, «подсказкой» извне. В репродуктивной деятельности в качестве такой подсказки выступают пояснение учителя, инструкция, спра-

вочник, учебник и любой другой источник информации о правилах выполнения действия. В продуктивной деятельности помощь извне состоит в опоре на подобные алгоритмы и способы действий и их трансформировании соответственно возникшей задаче для получения нового алгоритма. Самостоятельная продуктивная учебная деятельность характеризуется элементами исследования, учебного творчества, самостоятельного нахождения новых способов деятельности, формированием субъективно новых для учащегося знаний и умений.

Способности учащегося к учебной деятельности можно разделить на определенные уровни, каждый из которых характеризует соответствующую цель обучения и качество усвоения учебного материала.

Наиболее применимым является выделение четырех уровней усвоения: узнавание, воспроизведение, эвристический уровень, творческий уровень.

⇨ Тесты первого уровня (узнавание) предназначаются для проверки умений учащихся выполнять действия с подсказкой. Такими тестами являются: тесты на опознание, тесты на различение, тесты на соотнесение.

⇨ Тесты второго уровня (воспроизведение) предназначаются для выявления умений учащихся самостоятельно по памяти воспроизводить и применять ранее усвоенные знания. К ним относятся: тесты на постановку вопроса; тесты на конструирование ответа; тесты — типовые задачи, требующие выполнения самостоятельных расчетов на основе использования типовых правил и алгоритмов.

⇨ Тесты третьего уровня (эвристического) предназначаются для выявления способности учащихся к продуктивным действиям эвристического типа; к ним относятся нетиповые задачи и задачи на принятие решений в нетиповых ситуациях.

⇨ Тесты четвертого типа (творческого) предназначены для выявления умений творчески использовать полученные знания; к ним относятся тесты-проблемы.

Тот факт, что методы обучения выполняют те или иные познавательные функции, вовсе не означает, что определенный способ деятельности может быть однозначно соотнесен только с определенными познавательными моментами. Один и тот же метод в познании может выполнять разные функции.

Поэтому каждый конкретный метод используется в учебном процессе в соответствии с определенными задачами.

При выборе методов обучения необходимо всегда исходить из того, что любой метод, любая организация занятий сами по себе не дают нужного педагогического эффекта, если они, во-первых, не способствуют активизации учащихся, то есть побуждению их к активной интеллектуальной и практической деятельности, и, во-вторых, не обеспечивают глубокого понимания, осознания изучаемого материала. Оба эти требования взаимосвязаны: учащиеся не могут быть активными на уроке, если не понимают, не осознают того, что они изучают или делают. Но они не могут осознать, понять выполняемые действия (умственные или практические) без активного участия в учебном процессе.

Одно из требований, которое определяет выбор методов и методических приемов обучения — их разнообразие. Однако разнообразие методов — не самоцель. Различные методы требуют включения в процесс усвоения различных органов чувств: слуха (объяснение, беседа), зрения (демонстрация средств наглядности, показ приемов, работа с печатным и графическим материалом), осязания и мускульных ощущений (упражнения). По-разному влияют методы обучения и на развитие внимания, самостоятельности, способностей к анализу, синтезу, переносу навыков и умений. Все это еще раз указывает на необходимость комплексного, целостного подхода к оптимальному выбору методов обучения.

При выборе методов обучения необходимо соотносить их с реальными учебными возможностями учащихся. Высокий уровень подготовленности класса потребует некоторого увеличения доли методов самостоятельной работы, а также некоторого превалирования рассказа и объяснения в сравнении с беседой. Наоборот, в классе с пониженным уровнем подготовленности необходима принципиально иная тактика выбора методов: здесь преимущество за методами беседы, наглядности, несколько уменьшенной должна быть и доля самостоятельных работ. Пониженная работоспособность учащихся к концу дня обуславливает необходимость использования разнообразных методов и наглядных средств для снятия утомления и поддержания интереса учащихся. Таким образом, не только содержание, но и вся окружающая обстановка влияют на выбор методов обучения.

Однако заметим, что учет уровня возможностей класса отнюдь не означает приспособление к ним. Задача педагога — развивать эти возможности. И, наконец, при выборе методов обучения педагогу необходимо всегда соотносить с ними свои возможности по их использованию и опираться на те стороны собственного педагогического мастерства, которые дают максимальный учебно-воспитательный эффект.

В распоряжении преподавателя имеется, по существу, неограниченный арсенал педагогических средств для эффективного осуществления учебного процесса. Важно только учитывать необходимость взаимосвязи и комплексного применения всех названных критериев выбора методов обучения. При отсутствии хотя бы одного из них процедура выбора может оказаться недостаточно эффективной.

## МЕТОД ПРОЕКТОВ

**В** современных условиях развития общеобразовательной школы наиболее остро встает вопрос о необходимости непрерывного самообразования и саморазвития личности школьника в учебном процессе, повышении доли его самостоятельности в осуществлении учебно-познавательной деятельности как в учебное, так и во внеучебное время. Во многом решение данной проблемы достигается путем формирования у школьников общеучебных и обобщенных умений и навыков. Данные умения представляют собой отдельные приемы деятельности, освоение которых расширяет познавательные возможности учащихся, но не обеспечивает возможности для решения более сложных проблем в процессе изучения учебных предметов.

Одной из задач современного школьного образования является освоение учащимися разнообразных способов деятельности. В этих целях необходимо выявить возможности каждого учебного предмета для формирования так называемых надпредметных способов деятельности, к которым относятся: системный подход, моделирование, прогнозирование, проектирование, эвристические методы.

Одним из эффективных методов приобретения знаний является проектирование.

Методом, повышающим уровень самостоятельности школьников, формирующим у них умения самостоятельно констру-

ировать свои знания, ориентироваться в информационном пространстве, развивающим у них критическое мышление, является метод проектов, ориентирующий человека не на интеграцию фактических знаний, а на применение актуализированных знаний и приобретение новых (порой и путем самообразования), адаптацию к стремительным изменениям постиндустриального общества. При этом у каждого школьника в той или иной мере формируются компоненты умения проектировать предстоящую деятельность, активно включаться в нее, осваивая новые способы.

Обучение проектированию в настоящее время является в основном прерогативой средних и высших профессиональных учебных заведений как инженерной, так и педагогической направленности. При этом важное звено в образовательном процессе личности — школа (разные ее ступени) — либо вовсе не задействовано, либо задействовано слабо — обучение проектированию в общеобразовательной школе носит эпизодический характер.

В эпоху развития индустриального общества возникла реальная угроза выживанию человека как вида (частые экологические и техногенные катастрофы, локальные войны, терроризм и пр.). Каждый человек в этих условиях должен быть подготовленным к осуществлению безопасной жизнедеятельности: уметь ориентироваться в сложном, полном опасностей мире, прогнозировать возможные опасные и чрезвычайные ситуации (ЧС), на основе прогноза разрабатывать план действий. Таким образом, каждый школьник должен быть компетентным в области основ безопасности жизнедеятельности и овладеть проектной деятельностью как средством, необходимым для ее осуществления.

Назовем основные компоненты умения проектировать предстоящую деятельность:

- ↳ формулирование цели предстоящей деятельности;
- ↳ выдвижение гипотезы;
- ↳ разработка и анализ разных способов выполнения деятельности;
- ↳ сравнение и выбор оптимального способа ее выполнения;
- ↳ подбор средств по реализации выбранного способа;

- ↪ составление плана деятельности;
- ↪ реализация этого плана;
- ↪ анализ результатов деятельности;
- ↪ оценка и корректировка выполненной деятельности.

Владея обобщенным умением проектировать предстоящую деятельность, ученик может использовать его при решении широкого круга познавательных задач не только в рамках одного учебного предмета, но и на занятиях по другим учебным дисциплинам, а также в практической деятельности, в том числе и в случае возникновения реальной угрозы для жизни и здоровья человека.

Процесс формирования обобщенного умения проектировать предстоящую деятельность можно начинать уже с начальной школы, так как к концу обучения в начальном звене школьники овладевают компонентами данного умения: ставят цель, планируют основные этапы предстоящей деятельности. При этом на каждой из ступеней школьного обучения компоненты такого умения наполняются новым содержанием, усложняется их структура и роль в процессе осуществления школьниками проективной деятельности.

К способам формирования умения проектировать предстоящую деятельность, которые могут быть включены в учебно-воспитательный процесс по всем учебным дисциплинам в виде конкретных методических приемов, можно отнести включение учащихся:

↪ в процесс решения проблем и проблемных ситуаций, представляющих собой поисковую задачу, интеллектуальное затруднение, побуждающее ребят искать новые знания, новые способы действия, одним из которых является проектирование;

↪ в деятельность с использованием алгоритмов, которые служат ориентирами на начальных этапах овладения учащимися проективной деятельностью;

↪ в игровую деятельность, в процессе которой они, выполняя реальную деятельность, решают конкретную познавательную задачу.

На основе проведенного анализа требований к знаниям и умениям, предъявляемым выпускникам школы, можно отметить, что во всех дисциплинах Базисного учебного плана (БУП)

основной школы в той или иной мере имеется возможность для формирования у школьников умения проектировать предстоящую деятельность. Эффективность такой работы во многом зависит от мастерства конкретного учителя и продуктивности его профессиональной деятельности.

В учебно-воспитательном процессе по ОБЖ, целью которого является подготовка учащихся к возможным неординарным ситуациям, несущим угрозу здоровью и жизни человека, формирование умений проектировать предстоящую деятельность является очень важным.

При изучении курса ОБЖ школьники развивают в себе умения ориентироваться в опасных ситуациях, что содержательно соотносится с проектированием, так как включает представление о самом действии, способах его выполнения и предполагаемом результате (в нашем случае — действия в случае возникновения чрезвычайной ситуации).

Курс ОБЖ содержит также необходимую информацию о здоровом образе жизни, важным критерием которого является высокий уровень духовного здоровья, достигаемого умением жить в согласии с самим собой и с окружающим миром, умением моделировать и прогнозировать события и составлять программу предстоящих действий.

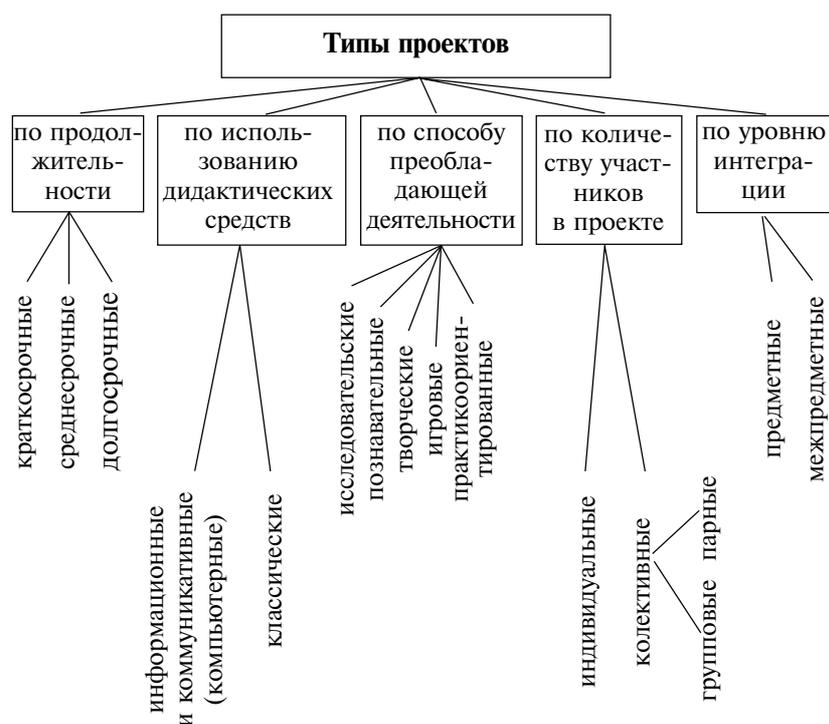
Кроме того, в процессе изучения курса ОБЖ каждый учащийся получает возможность включения в качестве субъекта в лично ориентированную (лично значимую) ситуацию, представляющую собой определенную проблему в жизнедеятельности школьников.

С позиций лично ориентированного образования учебная проблема, предъявляемая ученику на уроках и внеурочных занятиях по ОБЖ, рассматривается как жизненная проблема, мобилизующая и развивающая структуры интеллекта ребенка, совершенствующая определенные умения его и навыки.

### **Виды проектов**

В настоящее время существуют различные классификации проектов, раскрывающие технологии проектного обучения. Л. В. Загрекова и В. В. Николина, обобщая их, выделяют наиболее характерные типы проектов.

## Классификация типов проектов, используемых в технологии проектного обучения



По продолжительности времени проведения проекты могут быть краткосрочными (один-два урока), средней продолжительности (изучение одной-двух тем), долгосрочные (в течение длительного времени, проводятся во внеклассные часы).

По уровню интеграции различают проекты с привлечением содержания только изучаемого предмета и межпредметные, учитывающие содержание многих учебных предметов.

По количеству участников выделяют индивидуальные проекты, выполняемые самостоятельно одним учеником, и коллективные — парные и групповые, в которых участвуют группы школьников.

По способу преобладающей деятельности учащихся выделяют исследовательские, игровые, творческие, практикоориентированные, познавательные проекты.

**Исследовательские** проекты ориентированы на решение научной проблемы. Они осуществляются как в урочной, так и во внеурочной деятельности. В любом исследовательском проекте проявляется творчество учащихся.

В **игровых** проектах учащиеся обычно принимают на себя определенные роли, обусловленные характером и содержанием проекта.

**Творческие** проекты, как и игровые, не имеют до конца проработанной структуры совместной деятельности. Планируемыми результатами здесь могут быть создание праздника, видеофильма, выставки рисунков и т. д.

**Познавательные** проекты направлены на сбор информации о каком-то объекте. Такие проекты имеют четкую структуру. Результат проекта оформляется в виде схемы, доклада, сообщения, сценарной модели и т. д. Все большее количество таких проектов реализуется с помощью компьютера.

**Практикоориентированные** проекты направлены на конкретный практический результат и связаны с социальными ценностями учащихся. Как правило, такой проект должен иметь внешнюю оценку со стороны других людей.

По **использованию дидактических средств** различают проекты, в которых применяют «классические» дидактические средства: печатные (учебники, атласы, рабочие тетради, научно-популярную и художественную литературу), наглядные (схемы, таблицы, рисунки, карты), технические средства и т. д. К информационным и коммуникативным средствам относятся компьютеры, технологии мультимедиа, средства коммуникации. Свободный доступ к информации обеспечивает возможность быстро получить ее, переработать и анализировать.

**Учебный проект** — организационная форма работы, которая, в отличие от занятия или учебного мероприятия, ориентирована на изучение законченной учебной темы или учебного раздела и составляет часть стандартного учебного курса или нескольких курсов. В школе его можно рассматривать как совместную учебно-познавательную, исследовательскую, творческую или игровую деятельность учащихся-партнеров, имеющую общую цель, согласованные методы, способы деятельности, направленную на достижение общего результата по решению какой-либо проблемы, значимой для участников проекта.

Метод проектов впервые возник в 20-е годы прошлого столетия в США. Его называли также методом проблем и связывали с идеями гуманистического направления в философии и образовании, которые активно разрабатывались американским философом и педагогом Дж. Дьюи и его учеником В. Х. Килпатриком. Дж. Дьюи был убежден в необходимости вовлечения каждого ученика в активный познавательный, творческий процесс. При этом направленность такого процесса должна быть достаточно прагматичной, чтобы ученики знали, зачем им необходимы те или иные знания, для решения каких жизненно важных проблем они могут быть полезны. Надо сказать, что Дж. Дьюи и его ученики пытались организовать не просто активную познавательную деятельность учащихся. Важным свойством этой деятельности был совместный труд, сотрудничество учащихся в процессе общения, коммуникации. То, что не мог бы сделать один ученик, в совместной деятельности оказывалось вполне достижимым, причем на основе собственных, самостоятельных усилий.

К сожалению, с годами метод проектов как способ познавательной деятельности, инструмент познания был, как это часто водится, подменен просто проектами, под которыми стали иметь в виду определенный практический результат той или иной деятельности: например, организацию тематических мероприятий, викторин, создание альбомов, рефератов, газет. Подобные результаты совместной деятельности учащихся и учителей вполне укладываются в общепринятое понятие проекта, но не метода проектов. Под методом понимается обобщенная модель определенного способа достижения поставленной цели, система приемов, определенная технология познавательной деятельности. Поэтому так важно не смешивать понятия «проект как результат деятельности» (определенное ее оформление) и «проект как метод познавательной деятельности».

Метод проектов предусматривает обязательное наличие проблемы, требующей исследования. Это определенным образом организованная поисковая, исследовательская деятельность учащихся, индивидуальная или групповая, которая предусматривает не просто достижение того или иного результата, оформленного в виде конкретного практического выхода, но и организацию процесса достижения этого результата.

Этот процесс должен быть достаточно технологически про-

работан, с тем чтобы создать для учащихся ситуацию, которая стимулирует их к совместной поисково-познавательной деятельности. Так же, как обычная групповая работа отличается принципиально от технологии сотрудничества, так и работа над тем или иным проектом (если кому-то хочется именно так именовать запланированный практический выход) отличается от метода проектов, то есть способа организации самостоятельной деятельности учащихся по достижению определенного результата.

Метод проектов всегда ориентирован на самостоятельную деятельность учащихся — индивидуальную, парную, групповую, которую учащиеся выполняют в течение определенного отрезка времени.

Когда речь идет о проектной деятельности, индивидуальной или групповой, необходимо, чтобы целью познавательных действий учащихся было не просто усвоение содержания, а решение определенной проблемы на основе этого содержания, то есть активное применение знаний либо для приобретения нового знания, либо для получения практического результата на основе применения этого знания.

Ученики должны четко представлять себе, как можно использовать полученные ими теоретические результаты на практике. Вся проблема приобретает контуры проектной исследовательской деятельности.

В основе метода проектов лежит развитие познавательных навыков учащихся, умения самостоятельно конструировать свои знания, ориентироваться в информационном пространстве, анализировать полученную информацию, самостоятельно выдвигать гипотезы, принимать решения (поиск направления и методов решения проблемы); развитие критического мышления, умения исследовательской, творческой деятельности. Этот подход органично сочетается с групповым подходом к обучению. Собственно обучение в сотрудничестве является как бы частью метода проектов.

Дело в том, что сам по себе этот метод, используемый в отрыве от обучения в сотрудничестве, очень быстро обнаруживает существенные трудности в ходе совместной деятельности учащихся. Ведь при работе над проектом (если это не индивидуальный проект) объединяются учащиеся разной степени подготовленности и нередко оказывается, что одни из них готовы

к поисковой, исследовательской, творческой деятельности, поскольку обладают достаточным запасом знаний, а другие абсолютно не готовы к ней и потому могут выполнять лишь роль статистов. Поэтому-то и возникла педагогическая проблема — подготовить всех учащихся к активной для каждого, но обязательно активной познавательной деятельности над проектом.

Метод обучения в сотрудничестве позволяет обеспечить усвоение учебного материала каждым учеником группы на доступном ему уровне, и, таким образом, при совместной дальнейшей работе (на уровне творческого применения усвоенных знаний) все учащиеся могут принимать активное участие в проектной деятельности, получая самостоятельную роль, самостоятельный участок работы. А это очень важно, когда от успеха каждого в отдельности зависит успех всего проекта. Это огромный стимул к активной познавательной деятельности, к прочному усвоению знаний и поиску новой информации. Метод проектов всегда предполагает решение какой-то проблемы, предусматривающей, с одной стороны, использование разнообразных методов, средств обучения, а с другой — интегрирование знаний, умений из различных областей науки, техники, технологии, творческих способностей. Результаты выполненных проектов должны быть, что называется, осязаемыми, то есть если это теоретическая проблема, то она реализуется в конкретном ее решении с осознанием практической значимости, если практическая — представляется конкретный результат, готовый к внедрению.

Умение пользоваться методом проектов, обучение в сотрудничестве — показатель высокой квалификации преподавателя. Недаром эти методы относят к технологиям XXI века, предусматривающим прежде всего умение адаптироваться к стремительно изменяющимся условиям жизни человека постиндустриального общества.

#### **Основные требования к использованию метода проектов:**

↪ наличие значимой в исследовательском, творческом плане проблемы/задачи, требующей интегрированного знания, исследовательского поиска для ее решения;

↪ практическая, теоретическая, познавательная значимость предполагаемых результатов;

↪ самостоятельная (индивидуальная, парная, групповая) деятельность учащихся;

↪ структурирование содержательной части проекта (с указанием поэтапных результатов);

↪ использование исследовательских методов: определение проблемы, вытекающих из нее задач исследования, выдвижение гипотезы их решения, обсуждение методов исследования, оформление конечных результатов, анализ полученных данных, подведение итогов, корректировка, формулирование выводов (использование в ходе совместного исследования метода «мозговой атаки», «круглого стола», статистических методов, творческих отчетов, просмотров, презентаций и пр.).

При использовании метода проектов учитель заранее тщательно готовится к таким урокам. Это не «ежедневные» технологии. В начале учебного года желательно выделить те темы (наиболее сложные в плане понимания, усвоения), вопросы, разделы программы конкретного курса, по которым желательно было бы провести проектную работу, чтобы дать возможность учащимся более глубоко и детально вникнуть в материал, самостоятельно в нем разобраться не на уровне воспроизведения, а на уровне применения данного материала для решения какой-то значимой проблемы, для приобретения нового знания.

Таких достаточно крупных проектов по каждому предмету может быть в течение года два-три. Поэтому необходимо в конце предыдущего учебного года, при подготовке к новому, разработать и представить на методический совет предложения по использованию проектного метода на материале своего предмета, с тем чтобы учебная часть ОУ могла заранее составить график проведения проектов в новом учебном году. Дело в том, что каждый проект требует заметных усилий со стороны ученика, которого никто на это время не освобождает от текущей работы. Поэтому целесообразно предусмотреть такую ситуацию, при которой ученик в определенное учебное время работал бы только над одним проектом и имел некоторый перерыв между работой над проектами по разным предметам.

Проект требует тщательной подготовки (проведение его занимает пять-шесть уроков, если это проект, рассчитанный на урочную деятельность). Процедура защиты проектов предусматривает, как правило, сдвоенный урок.

Перед проектной деятельностью учитель должен четко определить для себя не только основную проблему, но и частные задачи, а также возможные гипотезы их решения. Он также ус-

танавливает, какие знания, умения, навыки из ранее усвоенных потребуются учащимся при работе над проектом; какие новые знания, умения, навыки должны приобрести ребята в ходе работы над проектом; что им может потребоваться для успешной работы (источники информации, иногда, возможно, готовая информация, вспомогательные средства обучения, инструменты, приборы); какими методами они предположительно могут воспользоваться и какая при этом им может потребоваться помощь (анкетирование, интервью, беседы, работа с документами, поиск информации в Интернете).

Учитель должен продумать весь ход работы над проектом. Однако на уроке эта информация должна быть лишь в поле зрения самого учителя в качестве ориентира при организации деятельности учащихся. Но ни саму проблему, ни гипотезы, ни методы творческой, поисковой деятельности он не должен предлагать учащимся в готовом виде. Учитель лишь ненавязчиво направляет мысль учащихся в нужное русло. Но если ученики высказывают собственные суждения, отличные от мнения учителя, более того, явно ошибочные, с его точки зрения, учитель ни в коем случае не навязывает им своего мнения. В этом заключается суть метода проектов. Учащиеся должны сами прийти к выводу о правомерности выдвинутых ими гипотез, проблем или их ошибочности и при этом подтвердить свою точку зрения аргументами, доказательствами, фактами.

Итак, на первом уроке учитель в любом удобном для него, но достаточно наглядном виде предлагает ученикам ту или иную ситуацию, содержащую приготовленную (задуманную) в скрытом виде проблему, которую ребята должны «уловить» и сформулировать. Задача учителя — так показать ситуацию, чтобы учащиеся могли как можно точнее сформулировать заключающуюся в ней проблему, но сделали это совершенно самостоятельно. Далее учитель предлагает им попробовать найти способы решения этой проблемы. Здесь возможно использовать наводящие вопросы, которые не уведут ребят слишком далеко от задуманного сценария. Задача учеников — дать как можно больше аргументированных гипотез. Это метод «мозговой атаки». Все предложения записываются на доске без комментариев. Затем начинается их коллективное обсуждение. В результате в активе остаются четыре-пять гипотез (по количеству задуманных учителем исследовательских групп). Теперь учитель предлагает каждой из

групп отработать развитие одной из этих гипотез (обычно той, которую кто-то из данной группы выдвигал). На этом же уроке учитель рекомендует учащимся в рамках каждой исследовательской группы обсудить возможные методы исследования, источники информации. Все предложения группы обсуждаются всем классом, при этом вносятся коррективы, предложения.

В результате такого коллективного обсуждения предлагаемые методы исследования утверждаются (но не навязываются группе; если группа по какой-либо причине не согласна с мнением большинства, ей предоставляется право идти своим путем, но с предъявлением доказательства своей правоты). На протяжении последующих уроков учитель может работать даже по другим темам программы, но обязательно отводить часть урока для работы над данным проектом. При этом могут использоваться разные методы. Основная поисковая деятельность происходит во внеурочное время. На уроке же могут проводиться эксперименты, лабораторные работы, требующие специального оборудования, обсуждения по группам или коллективного принятия решения и т. д. И, наконец, на сдвоенном уроке происходит защита проектов (по гипотезам). Каждая группа вправе выбрать сама, какую форму презентации и оформления результатов своей проектной деятельности она изберет, какую систему и средства доказательств она представит. Учитель на таких уроках выступает в роли стороннего наблюдателя. Такие уроки — настоящие праздники научения. Можно только представить, каких глубин знания достигают обучающиеся в поисках истины!

После защиты гипотезы каждой из групп остальные учащиеся имеют право в качестве оппонентов задавать любые вопросы по данной теме. Класс либо соглашается с представленной системой доказательств, либо высказывает сомнения в их достоверности или достаточности. В таком случае группе предлагается продолжить исследование или принять другую точку зрения. Группа имеет право выбора. После того как все гипотезы нашли свое подтверждение (или какая-то оказалась отвергнутой), членам группы предлагается заглянуть немного вперед и спрогнозировать новые проблемы, возникающие в результате полученных знаний.

Проекты могут быть различными по своей типологии. Мы описали наиболее сложные из них и вместе с тем наиболее значимые для учебного процесса и развития интеллекта учащихся.

На начальном этапе освоения указанного метода проекты могут быть чисто информационными, практикоориентированными, творческими, игровыми. В каждом учебном предмете с учетом его специфики можно выделить свою типологию проектов. Метод проекта, применяемый для решения какой-то небольшой проблемы на одном-двух уроках, выражается в форме мини-проекта. Но суть самого метода, его идея при этом должна оставаться неизменной — самостоятельная поисковая, исследовательская, проблемная, совместная или индивидуальная творческая деятельность учащихся.

Выбор тематики проектов в разных ситуациях может быть различным. В одних случаях эта тематика может выдвигаться учителями с учетом учебной ситуации по своему предмету, профессиональных интересов, интересов и способностей учащихся; в других — темы проектов могут предлагаться и самими учащимися, которые, естественно, ориентируются при этом на собственные интересы, причем не только чисто познавательные, но и творческие, прикладные.

Тематика проектов может касаться какого-то теоретического вопроса школьной программы с целью углубления знаний отдельных учеников по этому вопросу и дифференцирования процесса обучения. Чаще же темы проектов относятся к какому-то актуальному для практической жизни аспекту, требующему привлечения знаний учащихся не по одному предмету, а из разных областей, их творческого мышления, исследовательских навыков.

Результаты выполненных проектов всегда должны иметь материализованную форму. Это может быть видеофильм, альбом, «бортжурнал путешествий», компьютерная газета, альманах и т. д.

В школьной практике чаще всего встречаются смешанные типы проектов. Реализация проектного метода в учебном процессе ведет к изменению позиции учителя. Из носителя готовых знаний он превращается в организатора познавательной деятельности своих учеников. Изменяются и психологические условия проведения урока, так как учителю приходится переориентировать учебно-воспитательную работу и работу школьников на разнообразные виды самостоятельной деятельности учащихся с приоритетом деятельности исследовательского, поискового, творческого характера.

Необходимо подчеркнуть и важность организации внешней

оценки всех без исключения проектов, поскольку только таким образом можно отслеживать их эффективность, сбои, актуальность своевременной корректировки.

#### Параметры внешней оценки проекта

- ↪ Значимость и актуальность выдвинутых проблем, их адекватность изучаемой тематике;
- ↪ корректность используемых методов исследования и методов обработки получаемых результатов;
- ↪ активность каждого участника проекта в соответствии с его индивидуальными возможностями;
- ↪ коллективный характер принимаемых решений;
- ↪ характер общения и взаимопомощи;
- ↪ необходимая и достаточная глубина проникновения в проблему, привлечение знаний из других областей;
- ↪ доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы;
- ↪ эстетика оформления результатов выполненного проекта;
- ↪ умение отвечать на вопросы оппонентов, лаконичность и аргументированность ответов.

В отличие от ранее существовавшей практики единоличного оценивания успехов учителем при проектном методе выполненную работу вначале оценивает сам автор, а затем избранное для этого жюри, состоящее из учителя и учащихся (желательно и из других классов).

#### Организация работы над проектом

1-й этап — поиск или формулирование проблемы, которую необходимо решить. Основная задача педагога на этом этапе — вывести учащихся на осознание проблемы, создать мотивацию к ее решению и получению конкретного результата — продукта учебного проектирования.

2-й этап — организация различных типов творческих групп для работы над разными видами проектов: творческие мастерские, творческие лаборатории и т. д.

3-й этап — планирование работы над проектом. На данном этапе определяются:

- ↪ возможные источники информации;

- ↪ способы сбора и анализа информации;
- ↪ способы представления результатов (отчет, конкретный продукт и т. д.)

- ↪ критерии оценки продукта;

- ↪ обязанности участников творческой группы.

4-й этап — анализ информации. Осуществляется совместное обсуждение полученных исходных материалов, разработка проекта.

5-й этап — оформление и представление проекта (письменный отчет, издание практических рекомендаций, видеофильм и т. д.)

6-й этап — анализ и оценка результатов работы над проектом:

- ↪ групповая рефлексия авторов проекта, самоанализ процесса и результата своей деятельности;

- ↪ анализ и оценка качества проекта другими обучающимися, экспертами, преподавателем.

Как можно видеть, технология учебного проектирования значительно изменяет роль и позицию преподавателя в учебном процессе.

Задачи преподавателя при проектном методе учебной работы:

- ↪ оказание поддержки при выборе темы проекта и формулировании проблемы исследования;

- ↪ оказание поддержки в овладении исследовательскими умениями и навыками;

- ↪ координация процесса работы над проектом, осуществление обратной связи, коррекция поисковой деятельности, организация итогового обсуждения, защиты проектов.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РОЛЕВЫХ ИГР В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ ОБЖ

**И**гра — деятельность, в которой складывается и совершенствуется управление поведением всех ее участников — происходит воссоздание и усвоение общественного опыта, познание и усвоение предметной и социальной действительности, интеллектуальное, эмоциональное и нравственное развитие, со-

специализация личности. Учебная деловая игра позволяет задать в обучении предметный и социальный контексты будущей деятельности, смоделировать более адекватные по сравнению с традиционным обучением условия формирования знаний, умений и навыков. Обучение приобретает совместный, коллективный характер. Мотивация, интерес и эмоциональный статус игроков обуславливаются широкими возможностями для целеполагания и выбора средств достижения цели, диалогического общения на материале проблемно представленного содержания игры. В структуру игры входят: роли, принятые играющими, игровые действия как средство реализации этих ролей, игровое употребление предметов и реальные отношения между играющими. Игровая деятельность позволяет обучаемым интеллектуально и эмоционально раскрепоститься, проявить творческую инициативу. Знания и умения, приобретенные в ходе активного и самостоятельного поиска решения проблемы, более прочные, чем при традиционном обучении. Методика ролевой игры может успешно использоваться в преподавании всех разделов ОБЖ, в том числе и при обучении навыкам первой помощи. В качестве примера приводим вариант игрового сценария для обучения учащихся рациональным действиям в достаточно часто встречающейся ситуации — при травме головы.

**Ролевая игра по теме  
«ОКАЗАНИЕ НЕОТЛОЖНОЙ ПОМОЩИ  
ПРИ ЧЕРЕПНО-МОЗГОВОЙ ТРАВМЕ В УСЛОВИЯХ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ»**

Цель игры: формирование алгоритма практических действий учащихся при травме ученика в образовательном учреждении.

Задачи: обучение учащихся практическим действиям и организация совместной деятельности при оказании первой помощи пострадавшему в условиях образовательного учреждения.

**1. Подготовительный этап игры**

**1. Постановка цели и задачи игры.**

В ходе игры участники на основе теоретических знаний о видах травм, признаках травматического шока, повреждения

мозга должны оценить тяжесть состояния «пострадавшего» и рационально организовать помощь ему. Определяется необходимость привлечения дополнительных сил, медицинской службы школы, вызова врача, возможность и условия транспортировки пострадавшего. Особое внимание уделяется вопросам распространения целенаправленной, четкой, объективной информации о случившемся и установлению круга ее адресатов (администрация школы, родители, медики, службы ГО и ЧС и т. п.). Участники игры используют свои практические навыки (повязки, фиксация положения, обеспечение свободной проходимости дыхательных путей и т. д.). В процессе игры участники непосредственно знакомятся с методикой ее проведения. Полученный опыт анализируется и обсуждается в конце занятия.

## 2. Распределение ролей.

В обсуждении вопросов и практических действий, необходимых по ходу игры, принимают участие все члены команды — рабочей группы. В составе этой группы должны быть (условно говоря): «пострадавший», один — три «одноклассника», «санитарный инструктор», «член семьи пострадавшего», «преподаватель ОБЖ». Возможно включение ролей администратора школы, социального работника и т. д. Однако увеличивать рабочую группу более 6-7 человек не следует.

## 3. Описание игры.

Исходя из количественного состава учебной группы (30 человек) организуется 4-5 рабочих групп. Ведущий последовательно ставит вопросы о цели игры, характеризует условные роли участников, кратко описывает игровую ситуацию. Каждая группа обсуждает возможности решения проблемы, аргументируя выбор и принятое решение, демонстрирует необходимые практические действия. Играющий роль преподавателя ОБЖ (в каждой группе) представляет от имени группы принятое по поставленному вопросу решение. Ведущий фиксирует предложение, прослушав решения всех игровых групп, выявляет недостатки и достоинства предложений. Спорные моменты обсуждаются. По итогам обсуждения принимается решение по поставленной проблеме. По такой же схеме идет обсуждение всех других игровых ситуаций, которые ставятся перед играющими ведущим.

#### 4. Описание функций участников игры по их условным ролям.

↳ «Пострадавший» ученик критически оценивает предлагаемые мероприятия. По согласованию с ведущим предъявляет специфические жалобы, служит объектом практических действий участников игры. Провоцирует активность группы «ухудшением» своего состояния.

↳ «Одноклассники» оценивают тяжесть травмы, активно выявляют признаки возможного повреждения мозга, непосредственно оказывают первую помощь, высказывают предложения по взаимодействию со «взрослыми», формулируют содержание сообщений о событии для медицинской службы, родителей и т. д.

↳ «Санитарный инструктор» участвует в осмотре и опросе пострадавшего, контролирует и оценивает объем и качество оказания первой помощи. Обеспечивает «квалифицированное взаимодействие» с медицинской службой школы и персоналом «скорой помощи».

↳ «Член семьи пострадавшего» (брат, сестра или родители — по выбору участника игры) формулирует «свои интересы», планирует дальнейшие действия, принципы ухода и наблюдения за пострадавшим в будущем.

↳ «Преподаватель ОБЖ» организует взаимодействие участников, оценивает их работу и формулирует заключение и окончательный алгоритм действий по оказанию первой помощи, активно привлекая к этому участников игры.

#### 5. Организация игровых групп.

При распределении игровых ролей учитываются интересы и пожелания участников. Однако количественный состав групп ограничивается 5-6 участниками.

## 2. Основной этап игры

### 1. Постановка вопросов и их предполагаемое решение.

Ведущий инструктирует «пострадавшего» о времени предъявления определенных жалоб, обращает внимание на фазу возбуждения, которая способствует скрытию симптомов, оговаривает продолжительность светлого промежутка и время «потери сознания». Участникам игры предлагается ситуация: во время перемены ученик упал на ступенях лестницы, несколько раз

ударился головой. Затем сам «пострадавший» описывает свой внешний вид (характер и расположение ран, кровотечение, кровоизлияния и пр.), отвечает на вопросы участников игры. Роль пострадавшего требует хорошего знания темы, поэтому его инструктаж должен быть весьма подробным либо роль пострадавшего может взять на себя сам преподаватель.

Участникам предлагаются следующие вопросы:

↪ Виды травм головы. Факторы риска травм. Организация неотложной помощи на месте происшествия.

Обращается внимание на распространенность подобных травм и недопустимость легкомысленного отношения к ним в быту. Принципиальной их особенностью является отсутствие прямой связи внешних проявлений травмы и тяжести поражения мозга. «Провокация» дискуссии по оценке тяжести поражения — одна из задач «пострадавшего», о чем его предварительно инструктирует ведущий. Предполагается обязательное экстренное обследование органов чувств и обсуждение возможности их повреждения, а также состояния дыхательных путей (их свободная проходимость, отсутствие асфиксии).

При обследовании раны головы требуется максимальная осторожность. Из раны удаляются только совершенно свободно лежащие инородные тела и фрагменты тканей. Промывание раны и прижатие тканей с целью остановки кровотечения также может привести к дополнительной травматизации, что важно знать, так как раны головы часто сопровождаются обильным кровотечением.

↪ Признаки поражения головного мозга.

Поражение головного мозга в форме сотрясения, ушиба или сдавления чрезвычайно опасны для жизни пострадавшего и чреваты серьезными последствиями в будущем. Признаки поражения мозга широко известны и описаны во всех руководствах. Однако следует обратить особое внимание участников игры на трудность сбора сведений о травме. Даже дети старшего школьного возраста, а нередко и взрослые не могут четко ответить на вопрос о потере ими сознания. Посттравматическое возбуждение, отсутствие «опыта» подобных травм не позволяют ученику осознать факт потери сознания, и лишь позднее у него возникает недоуменный вопрос «Как это я сюда попал?» Только активное выяснение всех подробностей травмы может выявить

пробелы в сознании и ретроградную амнезию — важные признаки поражения мозга.

Некоторые признаки сотрясения мозга — тошнота, рвота, сонливость — могут появиться и спустя определенное время после травмы. Кроме того, продолжающееся внутричерепное кровотечение после травмы мозга вызывает его сдавление, признаками чего являются постепенное, более позднее развитие помрачения и потери сознания, замедление пульса.

Поэтому после травмы до возникновения этих признаков определяется «светлый» промежуток времени, который может ввести в заблуждение участников оказания первой помощи. Первая помощь при травме мозга должна быть максимально бережной и в основном охранительной. Главная проблема — транспортировка пострадавшего в лечебное учреждение. Если подозревается повреждение вещества мозга, необходимо срочно вызвать врача, потому что перевозка такого пострадавшего случайным транспортом и без квалифицированного сопровождения смертельно опасна.

⇨ Угрожающие жизни состояния при черепно-мозговой травме.

Несмотря на частоту травм головы и сотрясений головного мозга, даже учителя и медицинский персонал образовательных учреждений недостаточно осведомлены о непосредственной опасности их для жизни пострадавшего. Опасность связана не только с кровотечением или асфиксией при повреждении лица и крупных сосудов в области головы и шеи. Помрачение и полная потеря сознания, кома и нарушение регуляции дыхания и сердечной деятельности — вот предмет обсуждения участников игры.

В разделе ОБЖ есть тема, посвященная уходу за человеком, находящимся в бессознательном состоянии. Однако при этом редко поднимается вопрос о возможности непосредственного повреждения мозга. Алгоритм ухода за пострадавшим включает контроль и обеспечение проходимости верхних дыхательных путей, проверку и перепроверку ответной реакции на раздражители, вызов специалиста и бережную транспортировку в лечебное учреждение. При этом рекомендуется каждые 10 минут фиксировать у пациента признаки участия в ситуации, тревоги, реакции на голос, на боль. Следует избегать каких-либо движений пострадавшего, перекладывания, поворотов головы и т. п.

Необходимо еще раз напомнить о возможности «светлого» промежутка после травм и важности обращения к специалисту при малейших признаках травмы головного мозга.

↳ **Отдаленные последствия травмы головы.**

Внимание участников игры направляется на обсуждение сроков возвращения пострадавшего к учебе, допуска его к занятиям физической культурой, работе с компьютером и т. п. Следует поднять вопрос о дозировании учебных нагрузок и контроле его реакций на физическую и умственную нагрузку. Обсуждение этой темы может инициировать либо «пострадавший» и его «родители», либо ведущий игры.

2. Последовательное обсуждение каждого вопроса каждой группой и представление результата его.

3. Фиксация вариантов предложений.

4. Оформление группой краткого алгоритма поведения при травме учащегося в образовательном учреждении и сравнение его с предложенным вариантом.

### 3. Завершающий этап игры

1. Оценка работы групп по предложениям.

2. Обобщение результатов обсуждения.

3. Регистрация типичных ошибок, наименее ясных учащимся тем для последующего включения их в игру, предложений по модификации игровой процедуры. Обращается внимание на важность организации соответствующих ситуации действий, своевременного привлечения дополнительных сил и средств. Акцентируется необходимость принципа «не навреди», опасность сокрытия неприятной информации и «страусиной» политики.

В заключение приводим один из возможных вариантов алгоритма оказания первой помощи пострадавшему (см. схему на с. 88). Смысл ролевой игры, конечно же, заключается не в популяризации этого алгоритма. Напротив, группа обучающихся должна сформулировать свой вариант, творчески осмыслить ситуацию и создать нечто новое, эмоционально окрашенное и оригинальное.

**Пример алгоритма по оказанию неотложной помощи пострадавшему с травмой головы**



**МУЛЬТИМЕДИЙНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ  
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ ОБЖ**

**Р**азвитие практических навыков и устойчивого мировоззрения возможно на основе использования современных педагогических технологий, привлечения учащихся к реальной практической деятельности по формированию умений и навыков прогнозирования рисков, предупреждения и защиты от угроз, минимизации последствий чрезвычайных ситуаций. Для отработки таких навыков следует шире использовать возможности

моделирования различных ситуаций с помощью современных информационных технологий, доступность которых по мере реализации национального проекта «Образование» стала повсеместной.

**Мультимедиа** (от *лат.* *multum* — много и *media, medium* — средоточие, средства) — электронный носитель информации, включающий несколько ее видов (текст, изображение, анимация и пр.).

С 2003 года кафедра теории и методики физического воспитания и ОБЖ ГОУ ДПО НИРО использует мультимедийные технологии преподавания предмета ОБЖ, постепенно расширяя ассортимент и диапазон применения этих средств. Начав составление мультимедиа-теки с мультимедийного учебника для 10 класса в 2003 году, кафедра к настоящему времени довела объем ее до нескольких десятков компакт-дисков различного содержания и назначения.

В сфере ОБЖ можно выделить следующие группы мультимедийных средств:

- ↪ учебники и интерактивные пособия;
- ↪ программы контроля знаний;
- ↪ игровые программы;
- ↪ видеоматериалы;
- ↪ справочники и энциклопедии;
- ↪ геоинформационные системы;
- ↪ программы дистанционного обучения.

Наиболее полно комплект мультимедийных средств в образовательной области ОБЖ (более 40 обучающих компакт-дисков) сформирован на базе Всероссийского научно-исследовательского института по проблемам гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций МЧС России (121 352, Москва, Давыдовская, 7. <http://www.amre.ru>). В первую очередь преподавателей ОБЖ должны заинтересовать комплекты учебников и тестов для учащихся 5—11 классов общеобразовательных учреждений. Они содержат готовые проекты уроков по курсу ОБЖ, соответствующие образовательным программам, и вместе с тем позволяют преподавателю использовать свои ресурсы для создания собственных презентаций, ведения журналов успеваемости и т. д.

Предлагаемая система «Электронное издание (ЭИ) для обучения детей в диалоговом режиме» представляет собой самостоятельные сетевые мультимедиа-продукты, содержащие тес-

товые задания, необходимые для обучения и оценки уровня знаний учащихся 5—11 классов общеобразовательных учебных заведений. ЭИ поддерживают и широко используют все наиболее удачные методологические, технические и программные решения.

Благодаря ЭИ современные мультимедиа-технологии делают процесс подготовки материала не только эффективным, но и увлекательным. Органичное сочетание различных мультимедиа-компонентов, таких, как иллюстрация, схема, аудио, видео, анимация с традиционными текстами, использование объектов интерактивного взаимодействия обеспечивают обучающимся более легкое восприятие и запоминание информации, в результате чего достигается наилучшее усвоение ими учебного материала.

ЭИ направлены на достижение следующих целей:

- ⇨ подготовка учащихся к уроку, контрольному занятию, экзамену;
- ⇨ обучение самостоятельной работе с учебным материалом;
- ⇨ отработка навыков прохождения тестирования;
- ⇨ психологическая подготовка к сдаче экзаменов;
- ⇨ выявление слабых мест в понимании предмета и стимулирование к более глубокому изучению учебных материалов;
- ⇨ отслеживание динамики успеваемости обучающихся.

ЭИ можно использовать при проведении экзаменов в 9 и 11 классах. Тренировка в выполнении тестовых заданий позволяет значительно повысить тестовый балл обучающихся благодаря навыку саморегуляции и самоконтроля. ЭИ помогают обучающимся также приобрести столь важную на экзамене эмоциональную стрессоустойчивость. По мнению ученых, приобретенные психотехнические навыки сдачи экзаменов повышают эффективность подготовки к экзаменам, позволяют более успешно сдать их за счет развития мыслительных навыков, умения мобилизовать себя в решающей ситуации и владения собственными эмоциями.

### **Географические информационные системы**

Это программно-аппаратный комплекс, ориентированный на сбор, управление, манипулирование, математический анализ и визуализацию географически координированных данных.

## Использование мультимедийных средств в образовательной области ОБЖ

Мультимедийный учебник для 10 класса «Основы безопасности жизнедеятельности» содержит 15 часов видеолекций, нормативные документы, дополнительные видеоматериалы. Учебник позволяет проводить занятия в нескольких режимах.

↳ Презентация нового учебного материала на уроке в режимах:

- фильм;
- пошаговый;
- контрольный.

↳ Самостоятельная работа учащихся в интерактивном режиме.

↳ Отработка пропущенных занятий.

↳ Контроль знаний учащихся.

↳ Создание собственных проектов.



«Библиотека электронных наглядных пособий "Основы безопасности жизнедеятельности. 5—11 класс"» существенно облегчит работу преподавателя при разработке занятий по ОБЖ. На диске содержится обширная медиатека, имеются готовые презентации по ряду тем ОБЖ, а также достаточно удобный «конструктор презентаций».

## Использование мультимедийных средств в образовательной области ОБЖ



Компьютерная обучающая программа «Школа безопасности» (НТЦ «Поиск-XXI». — М.: 2004) может принести большую пользу в качестве методического, обучающего, справочного пособия.

(По вопросам приобретения обращаться : «Армпресс». 109387, Москва, а/я 34 E-mail: armpress@ultimanet.ru. E-mail: mail@armpress.info).



Мультимедийный учебник для учащихся вузов по специальности «Безопасность жизнедеятельности», кроме презентаций учебных тем, содержит нормативные документы, касающиеся сферы БЖД, видеоматериалы и тестовые задания.



В ряду справочных материалов можно особо выделить мультимедийные энциклопедии, выпущенные фирмой «Кирилл и Мефодий» и НИИ по проблемам гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций МЧС России.

Серию методических пособий на компакт-дисках «Административное управление общеобразовательным учреждением» выпустило Волгоградское издательство «Учитель». Пособия оптимизируют управление общеобразовательным учреждением, учебным процессом, педагогическим и ученическим коллективами.



Изображения, полученные со спутников, объединяются со справочными данными из различных источников — опасные объекты, демографическая ситуация и т. д. Космические агентства согласны предоставлять странам, пострадавшим от стихии, бесплатный доступ к данным со спутников на основе положений Международной хартии «Космос и стихийные бедствия».

Во Всероссийском научно-исследовательском институте по проблемам гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций МЧС России разработан аппаратно-программный комплекс «Космос-2», позволяющий использовать информацию, оперативно получаемую со спутников, для оценки риска развития ЧС, реальной обстановки в любом регионе страны, оптимизации мероприятий по профилактике и ликвидации последствий ЧС. Комплекс доступен для использования на базе образовательного учреждения в учебном процессе.

Компьютерная обучающая программа «Географическая информационная система «ГЕО-Экстремум» предназначена для интегрированного преподавания предметов: основы безопасности жизнедеятельности, географии, экономики, физики, экологии, информационные технологии и др. Она помогает учащимся устанавливать глубокую связь между предметами, формирует у них системное мировоззрение (<http://www.ampe.ru>).

Полезные для работы преподавателя ОБЖ материалы содержатся на компакт-диске ПФО «Государственная символика Российской Федерации», который знакомит учащихся с историей наших государственных и региональных символов, их изображениями, а также нормативными требованиями, предъявляемыми к государственным символам.

Перечисленные пособия дают возможность создания «учебника» от конкретного учителя для конкретного ученика, реализовать элементы интерактивного обучения и существенно оптимизировать процесс контроля знаний учащихся.

Опыт использования мультимедийных пособий в учебном процессе как в общеобразовательных учреждениях, так и на курсах повышения квалификации преподавателей-организаторов и учителей ОБЖ подтверждает высокую эффективность данной технологии. В результате ее использования резко возросла мотивация преподавателей практически всех возрастных категорий к овладению информационными технологиями, активно создаются собственные учебно-методические материалы для

дальнейшей работы с обучающимися, шире используются возможности Интернета, электронной почты. Однако наиболее актуальными проблемами преподавателей все еще остаются:

- ↳ формирование собственной мультимедиа-теки, подборка тематических иллюстраций, аудио- и видеороликов;
- ↳ разработка тестов контроля знаний учащихся;
- ↳ оперативная доступность нормативно-правовой информации в сфере БЖД и образования;
- ↳ доступность Интернет-ресурсов в области БЖД.

Анализ трудностей, связанных с реализацией программ по ОБЖ, которые выявлены при анкетировании преподавателей, определил следующие направления деятельности сотрудников кафедры теории и методики физического воспитания и ОБЖ ГОУ ДПО НИРО:

- ↳ организация недельных курсов обучения преподавателей ОБЖ по использованию информационных технологий и существующего программного обеспечения образовательной области «Безопасность жизнедеятельности»;

- ↳ в рамках сотрудничества с лабораторией дистанционного образования НИРО разработано мультимедийное учебно-методическое пособие «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

## ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ

**Б**езопасность человека в современном мире, своевременное прогнозирование и предупреждение появления и воздействия опасных факторов среды обитания природного, техногенного и социального характера — необходимые условия устойчивого развития общества. Одним из механизмов решения этих проблем является подготовка молодежи к реалиям современной жизни в рамках образовательной области «Основы безопасности жизнедеятельности». Однако эффективность такого обучения учащихся пока еще не соответствует социальному запросу. Сотрудники кафедры теории и методики физического воспитания и ОБЖ Нижегородского института развития образования проводят регулярное анкетирование преподавателей-организаторов и учителей ОБЖ с целью выявления трудностей в их профессиональной деятельности.

Анализ анкет позволил сформулировать основные проблемы, решение которых необходимо для повышения профессиональной компетентности преподавателей ОБЖ и качества образования учащихся общеобразовательных учреждений в сфере безопасной жизнедеятельности. Среди этих проблем:

⇨ отсутствие у педагогов и учащихся адекватных ценностных ориентаций и мотивации в отношении сохранения и укрепления здоровья;

⇨ доступность и качество информации, посвященной здоровому образу жизни; трудности в выборе надежных, обоснованных, безопасных и доступных средств и методов охраны здоровья;

⇨ дефицит учебно-методических материалов, адаптированных к реальной обстановке, в образовательных учреждениях.

Учитывая вышеизложенное, в лаборатории дистанционного образования НИРО разработано мультимедийное учебно-методическое пособие «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни». Содержание пособия учитывает требования государственных образовательных стандартов по специальности «Безопасность жизнедеятельности» высшего профессионального образования от 31 января 2005 года, основного общего и среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности от 5 марта 2004 года.

Учебно-методическое пособие предназначено для самостоятельной работы слушателей дистанционного курса «Основы медицинских знаний и ЗОЖ» в целях повышения профессиональной компетенции учителей и преподавателей-организаторов ОБЖ образовательных учреждений. Вместе с тем представленный комплект материалов не является сугубо специфическим для курса ОБЖ и может быть рекомендован для подготовки к рациональным действиям в чрезвычайных ситуациях администраторов и социальных работников образовательных учреждений, учителей физической культуры и любого сознательного члена общества.

Пособие может быть использовано как в однопользовательском варианте (компакт-диск) для самостоятельного обучения, так и для работы в сетевом варианте в учебной аудитории. Сетевой вариант программы может применяться в сети Интернет для дистанционного обучения, а также в локальной сети (корпоративной сети учебного заведения) для очного обучения.

Учебный курс включает модули:

1. Вводный раздел.
2. Общие представления о здоровье человека.
3. Первая помощь пострадавшим.
4. Травмы.
5. Неинфекционные заболевания.
6. Инфекционные заболевания.
7. Первая помощь при заболеваниях.
8. Вредные привычки.
9. Основы здорового образа жизни.
10. Проблемы рационального питания.
11. Принципы самоконтроля и саморегуляции организма.
12. Двигательная активность в структуре ЗОЖ.

В состав учебных модулей вошли следующие материалы:

- ↪ методические указания по изучению материала модуля;
- ↪ теоретический (лекционный) материал;
- ↪ тесты или контролирующие задания;
- ↪ ссылки на некоторые Интернет-ресурсы для получения дополнительной информации.

Вводный раздел содержит, кроме введения в курс и методических материалов, довольно полный словарь используемых терминов и понятий.

В состав курса входит отдельный модуль справочных материалов, модуль «Источники информации» с указанием доступных мультимедиа- и Интернет-ресурсов и «Контрольные задания» для слушателей курса.

Основным результатом обучения должно стать понимание слушателями основных современных теорий и методов укрепления и сохранения здоровья; овладение средствами, способами и организацией оказания первой медицинской помощи в условиях чрезвычайных ситуаций различного происхождения; знание гигиенических норм, требований и правил сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза человека, а также правил профилактики соматических и инфекционных заболеваний.

Учебно-методическое пособие «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» зарегистрировано в Федеральном отраслевом фонде алгоритмов и программ в 2008 году и использовалось для повышения квалификации преподавателей

ОБЖ четырех районов Нижегородской области в режиме дистанционного обучения. По данным анкетирования слушателей и обмена впечатлениями в ходе Интернет-конференций можно отметить следующие результаты проведенной работы:

1. Технические трудности в процессе работы с курсом существенно снизились, оценка полезности курса возросла, хотя большинству слушателей потребовалась работа в Интернете вне школы.

2. Слушатели отметили повышение уровня знаний, особенно заметное в следующих темах: «Принципы рационального питания», «Формирование психического здоровья», «Обучение приемам первой помощи» и «Профилактика наиболее распространенных заболеваний».

3. Ожидания слушателей по содержательному обеспечению курса в основном оправдались, что подтвердилось и в ходе итоговой рефлексии.

В высказанных слушателями после окончания курса пожеланиях преобладает желание получить больше видеоматериалов, пригодных для последующего использования в преподавательской деятельности.

Дистанционное обучение на базе разработанного учебно-методического пособия «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» в очередной раз подтвердило, что это весьма эффективное и доступное средство повышения квалификации преподавателей ОБЖ. Материалы курса в дальнейшем активно используются слушателями в своей преподавательской деятельности. С новыми проектами в области дистанционного обучения можно ознакомиться на сайте НИРО.

## **АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В КУРСЕ ОБЖ**

**З**доровье людей — главное богатство и необходимое условие существования любого общества. Проблема выживания индивидуума, семьи, этноса и всего человечества просто не может вытесняться на второй план, откладываться до лучших времен или мифической «стабилизации» экономических условий. В противном случае «лучшие времена» наступят уже для другого

общества, народа. В настоящее время медико-демографические показатели состояния здоровья человека вызывают большую тревогу у всех здравомыслящих людей Земли, а в нашей стране порождают даже сомнения в обратимости ситуации. По мнению академика В. П. Казначеева, запас «репродуктивной прочности» у россиян сократился до 20—25 % (при сокращении его на 30 % разрушение становится необратимым). Развитие человечества вовсе не делает жизнь более безоблачной и безопасной. Напротив, воздействие человека на природу становится все более мощным и разрушительным, что породило главное противоречие современности — «человек — природа». Техносфера превратилась в источник постоянной опасности. «На смену политическим, экономическим, идеологическим, военным диктатурам пришла диктатура более жесткая и беспощадная — диктатура ограниченности ресурсов биосферы», которая стала «важнейшим геополитическим фактором конца XX и первой половины XXI века». При этом, к сожалению, и прежние проблемы и противоречия отнюдь не потеряли своей силы. Рост материальных ценностей «вовсе не обязательно способствует духовному росту и тем более не является условием для него... Сам по себе рост материальной цивилизации не есть зло. Он становится злом, когда вытесняет духовные ценности. А этот соблазн человек почти никогда не в силах преодолеть... Цивилизация как бы говорит устами Великого инквизитора: “Мы дадим вам хлеб и возьмем вашу свободу”», — эти размышления известного общественного деятеля и священника о. А. Меня о нашем времени весьма серьезное предупреждение и напутствие.

Сегодня все более осознается и подтверждается законодательно необходимость пересмотра ценностных ориентаций социального развития человека, признание жизни и личного здоровья человека как важнейшей общественной ценности. Степень защищенности подрастающего поколения провозглашается главным индикатором развития цивилизованного общества, социальной направленности государственной политики. Вместе с тем ответственность за сохранение здоровья не снимается и с каждого члена общества, не перекладывается исключительно на органы здравоохранения. В содержании закона о санитарно-эпидемическом благополучии населения обязанности граждан страны включают необходимость «заботиться о состоянии своего здоровья, о здоровье и гигиеническом воспитании своих

детей, используя предоставляемые обществом возможности по формированию здорового образа жизни». В наши дни стала очевидной необходимость не только передачи определенных знаний, относящихся ко всем аспектам формирования и сохранения здоровья, но и создания новой идеологии, мировоззрения, основанных на признании здоровья главной индивидуальной и общественной ценностью. Здоровье как «фундаментальное и сущностное свойство всей живой материи» должно получить наивысший научный приоритет среди знаний, которые будут определять будущее России и всей цивилизации планеты.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для воспитания личности, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, представляющей тенденции мировой динамики, знающей основы защиты человека, общества, государства, мирового сообщества от современного комплекса опасных факторов и умеющей применить эти знания на практике. С этих позиций обучение школьников основам здорового образа жизни (ЗОЖ) в реальных условиях представляется центральной задачей курса. Неумение человека обеспечить свою безопасность в изменившихся природных, технических и социальных условиях в настоящее время рассматривается как недопустимое явление.

Общие представления о здоровье и ЗОЖ включены в программы практически всех образовательных учреждений. Анкетирование преподавателей ОБЖ показало, что затруднения в формулировке задач, связанных с обучением ЗОЖ, испытывают всего около 30 % респондентов, однако конкретные вопросы относительно элементов ЗОЖ в условиях образовательного учреждения вызывают в лучшем случае недоумение, а чаще активное неприятие. На наш взгляд, сформировалось убеждение, что ЗОЖ является чем-то дополнительным к реальной жизни, своеобразной системой реабилитации от действительности, полной всевозможных неприятностей, трудностей и невзгод, сквозь которые человеку приходится «продираться». При этом «невзгоды», или факторы риска, как их принято называть в медицинской литературе, воспринимаются как неизбежность. Ребенок помещается в школьное здание, построенное и эксплуатируемое с нарушениями гигиенических требований; усваивает учебные программы, содержание которых порой диктуется не столько полезностью знаний в реальной жизни, сколько сиюминутной

модой, престижностью предметов. И если он справляется со школьной программой, то тотчас получает дополнительные нагрузки, мало связанные с его реальными интересами и потребностями. При этом предполагается, что потом кто-то, не вмешиваясь в канонизированный учебно-воспитательный процесс, с полным уважением ко всем родительским претензиям исхитрится как-то обеспечить ЗОЖ. Сначала кормим ребенка суррогатами и консервантами — затем покупаем чудодейственные пищевые добавки; сажаем его за плохой монитор — затем разрабатываем упражнения для глаз и т. д. Очевидно, что такая стратегия не является профилактической, она обречена на вечное отставание реабилитационных мероприятий и отнюдь не является здоровым образом жизни.

ЗОЖ — это типичные и существенные для данной экономической формации формы жизнедеятельности людей, укрепляющие адаптивные возможности человека, способствующие полноценному выполнению им социальных функций и достижению активного долголетия. Для современных детей наиболее типичными и существенными формами жизнедеятельности является обучение в школе. Отсюда следует принципиальный вывод: для того чтобы образ жизни российских школьников можно было назвать здоровым, здоровым должен быть процесс обучения. Для того чтобы получить другие, более благополучные показатели здоровья школьников, недостаточно активно выявлять и лечить болезни, необходимо вмешиваться в каждодневные «типичные и существенные» формы жизнедеятельности. Не «тащить» в школу и семью все новые и новые методики оздоровления, а организовать повседневную деятельность в соответствии с особенностями детского организма, руководствуясь при этом надежными научно обоснованными требованиями гигиены и физиологии. И проводниками необходимых для этого знаний призваны быть преподаватели ОБЖ, поскольку даже медицинские работники школы «традиционной ориентации» не готовы консультировать здоровых и привычно сводят все к выявлению симптомов болезней и реабилитации. Детям следует знать не столько признаки заболеваний, принципы лечения или действие на организм лекарственных растений — это все-таки прерогатива медицины, сколько уметь ориентироваться в своем рабочем функциональном состоянии.

Знания ЗОЖ предполагают сознательное умение ребенка спланировать режим дня, организовать свою двигательную ак-

тивность, подобрать физические упражнения, оценить правильность питания и рационально потратить в школьном буфете карманные деньги. Медицинские же знания можно ограничить оказанием первой помощи при травмах и заболеваниях, не углубляя их излишними рекомендациями типа «от простуды», «от желудка», «от стресса» и т. п., что лишь дискредитирует предмет ОБЖ.

Вторым традиционным заблуждением является отношение к ЗОЖ как к системе запретов под девизом «всё вредно». Сведения роли преподавателя ОБЖ в формировании ЗОЖ к борьбе с курением, алкоголизмом, наркоманией и к половому воздержанию недопустимо и откровенно высмеивается школьниками. В реальности в понятие здоровья вкладывается, в соответствии с определением Всемирной организации здравоохранения, благополучие, полноценность жизни, расширение возможностей организма в биологическом, социальном и психологическом планах. Наркотики и курение отвергаются потому, что они снижают возможности человека, сокращают его жизнь, создают угрозу для его адекватности, бодрости и т. п. ЗОЖ предполагает не просто создание каких-то охранительных, комфортных условий, а именно формирование здоровья, устремленности к преодолению любых возможных негативных воздействий без ущерба для качества жизни.

Развитие организма, тренировка механизмов адаптации также являются неотъемлемыми атрибутами здоровья и необходимыми составляющими ЗОЖ. Например, ограничение двигательной активности и физических нагрузок приводит к снижению функциональных возможностей организма — инвалидизации ребенка; резкое увеличение физических нагрузок — к тому же результату через переутомление. Оптимальные нагрузки тренируют организм, способствуют полноценности жизни, повышают ее качество.

То же можно сказать и об учебных нагрузках в современной школе. Существует определенная тенденция к всевозможным ограничениям нагрузок, так как школьники имеют отклонения здоровья, слабое физическое развитие, часто болеют. Однако охранительный режим может привести к задержке развития ребенка — его инвалидизации. Поэтому с позиций формирования ЗОЖ следует стремиться не к комфорту и бесконфликтному

существованию, а к созданию оптимальной развивающей среды. Не устранение нагрузок, а их физиологичность и своевременность позволяют приблизиться к решению проблем здоровья школьников. Педагогические технологии в современной школе должны быть не только здоровьесберегающими, охранительными, но и тренирующими — здоровьесформирующими.

Анкетирование преподавателей ОБЖ показало, что никто из них не уклоняется от решения оздоровительных и воспитательных задач в своем образовательном учреждении и трудности при реализации своих решений испытывают лишь эпизодически около половины респондентов. Тем не менее ни один из опрошенных ни в малейшей степени не взял на себя ответственность за показатели здоровья учащихся (что в некоторой степени оправдано, поскольку проблему оздоровления нереально решить одному человеку или одной службе), все уклонились от анализа образа жизни своих учеников и педагогических технологий, используемых в школе, как от совершенно чужеродных функций. Таким образом, представления учителей об оздоровительных мероприятиях ограничено пространством, определяемым рамками борьбы с наркотиками и курением, с одной стороны, и занятиями физкультурой и организацией дней здоровья — с другой, что делает их пассивными свидетелями существующих демографических процессов.

Одной из ключевых в формировании ЗОЖ является проблема мотивации к деятельности, потребности в здоровье. Анкетирование показало, что эта проблема не осознается как самостоятельная, требующая особого внимания и весьма далекая от разрешения. О ценности здоровья никто не спорит. Казалось бы, мотивация очевидна, только подскажи — и все ученики бросятся заниматься физкультурой, соблюдать режим дня, чистить зубы и бороться с вредными привычками. Ценность здоровья признается в многочисленных опросах всеми слоями населения. Но при объективном анализе ситуации вырисовывается обратная картина. По данным академика В. П. Петленко, 11 % сельских жителей и 21 % горожан убеждены, что никакая профилактика не поможет в укреплении здоровья; другими словами, каждый пятый не принимает на себя ответственности за свое здоровье и отвергает рекомендации по ЗОЖ.

Недостаточное развитие у подрастающего поколения мотивации ведения ЗОЖ отмечают многие исследователи. Одной из

наиболее очевидных причин снижения потребности в укреплении здоровья у детей, наряду с пессимизмом и гигиенической безграмотностью, является и сложившаяся ситуация в школах. Для современного школьника быть здоровым означает лишение всех льгот, освобождений, повышенную меру ответственности — только обязанности. Приходится признать, что болезнь может приносить ребенку и «пользу», в частности она может служить оправданием в тех случаях, когда ему не хочется что-то делать, она позволяет отложить разбор неприятной ситуации, привлечь к себе внимание и сочувствие.

Но, как известно, для выработки мотивации какого-либо поведения необходимы два условия: цель должна оцениваться как желаемая, стоящая усилий и как достижимая. Для мотивации овладения основами ЗОЖ К. Байер и Л. Шейнберг наиболее существенными считают следующие факторы:

- ⇨ знание того, какие формы поведения способствуют нашему благополучию и почему;
- ⇨ желание быть хозяином своей жизни — вера в то, что здоровое поведение в действительности даст положительные результаты;
- ⇨ положительное отношение к жизни — взгляд на жизнь как на праздник, которым нужно наслаждаться;
- ⇨ развитое чувство самоуважения, осознание того, что ты достоин наслаждаться всем самым лучшим, что может предложить тебе жизнь.

Сложность формирования ЗОЖ — одной из центральных задач курса ОБЖ — характерна не только для российских условий, она подчеркивается и американскими учеными: «Побудить людей вести здоровый образ жизни — трудная, если не непосильная задача. Можно объяснить человеку необходимость каких-то действий, но очень трудно заставить его действовать. С этим постоянно сталкиваются в своей профессиональной деятельности и врачи, и наркологи, и педагоги. Знать, что такое здоровый образ жизни, — это одно, а вести его — совсем другое».

Вернуть школьникам нормальное, естественное представление о здоровье как о благополучии, дополнительных возможностях, высоком качестве жизни, а не только обязанности посещать уроки и работать на благо Родины — одно из наиболее сложных направлений деятельности преподавателя ОБЖ. Сформировать у учащихся понимание того, что здоровье — неотъем-

лемое условие успешности человека в любой области деятельности, материальной или духовной, а забота о здоровье и его укреплении — естественная потребность культурного человека, важный элемент его личности — вот содержание ЗОЖ, которое, по данным анкетирования преподавателей, пока остается в тени. И эта задача не может быть делегирована государству, медицинской службе или валеологам.

Эта проблема формирования личности, мировоззрения, жизненной позиции не может быть решена вне реальных условий жизни ребенка в семье, в школе. И если необходимость формирования ЗОЖ в семье, работа с родителями еще находит понимание со стороны преподавателей ОБЖ, то образ жизни самих преподавателей — навыки ЗОЖ на личном примере — все еще вытесняется из поля сознания наших педагогов. И получается, что мы пытаемся навязать навыки ЗОЖ «одному отдельно взятому» индивидууму, даже не особенно стараясь растолковать ему цель этих мероприятий.

Из приведенных рассуждений можно заключить, что деятельность преподавателя ОБЖ по обучению и формированию ЗОЖ включает в себя следующие компоненты:

⇨ передача научно обоснованных знаний относительно формирования здоровья учащихся в доступной для них форме. При этом особое внимание уделяется именно ЗОЖ, основанному на принципах гигиены и физиологии; обучение же самолечению и знахарству должно быть полностью исключено;

⇨ формирование здоровьесформирующей среды в образовательном учреждении, внедрение рациональных образовательных технологий и условий обучения;

⇨ организация оздоровительной работы в учебное и внеучебное время. Реальное внедрение навыков ЗОЖ в жизнь — это большая оздоровительная работа с родителями учащихся, педагогическим коллективом, включая и самого преподавателя ОБЖ;

⇨ формирование у учащихся мотивации к ЗОЖ, потребности в саморазвитии и самооздоровлении, осознания здоровья как важнейшего желаемого качества, индивидуальной ценности;

⇨ оценка и контроль не только теоретических знаний о ЗОЖ, но и использования их в повседневной жизни — умений и навыков ЗОЖ.

## ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

**П**онятие «безопасности» определяется как состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз. Сегодня проблема безопасности приобретает особое значение.

Психологическая безопасность как состояние сохранности психики является одной из составляющих социальной безопасности. Она предполагает поддержание определенного баланса между негативными воздействиями на человека окружающей среды и его устойчивостью, способностью преодолеть такие воздействия благодаря собственным ресурсам или с помощью защитных факторов.

Образовательная среда школы является частью жизненной среды человека. Важность изучения психологической безопасности личности в образовательной среде школы состоит в том, что школа, включая учащихся, педагогов, родителей и школьную администрацию, способна строить свою локальную систему безопасности как через обучение и воспитание, так и через решение задач развития.

Образовательная среда не защищена от неблагоприятных тенденций в обществе; в школе присутствуют и конфликты, и психологическое насилие, и антиобщественное поведение (вандализм, драки, грабежи и др.). Среди причин психологического насилия выделяют биологические, семейные, средовые и межличностные. Если факты психологического насилия по биологическим и семейным причинам школа может ставить лишь на социальный и медицинский контроль и опосредованно создавать условия безопасности для детей, испытывающих насилие или его признаки во взаимодействии с кем-либо, то на уровне средовых условий и межличностных отношений она способна контролировать и корректировать их. С точки зрения человеческого фактора психологическая безопасность рассматривается через призму решения вопросов безопасности жизнедеятельности индивидуума. Среди них важнейшие — профилактика несчастных случаев, безопасность в сфере общения, выявление психологической сущности угроз. Применительно к образовательной среде обеспечение ее психологической безопасности может осуществляться как на организационном, так и на профессиональном и личностном уровнях.

Участники образовательной среды школы и сама среда могут подвергаться как внутренним, так и внешним угрозам. К основным внутренним угрозам на личностном уровне можно отнести внутренний дисбаланс и психологическое напряжение личности, нарушение и нестабильность ее психического здоровья и развития. К внешним — неустойчивость к психологическим воздействиям со стороны других людей и условий образовательной среды, неудовлетворенность ее психологическими характеристиками. К числу основных внутренних угроз на уровне образовательной среды обычно относят такие факторы, как нарушение порядка и спокойствия в образовательном учреждении, трудности в общении ее участников и их негативное отношение к данной среде; к числу внешних — криминализация общественных отношений и чрезвычайные ситуации в технической, социальной и экологической сферах.

К потребностям безопасности и защиты относятся потребности в организации, стабильности, законе и порядке, в предсказуемости событий и свободе от таких угрожающих факторов, как болезнь, страх. Отсутствие чувства безопасности делает человека тревожным и недоверчивым. Особенно важны безопасные и стабильные условия для ребенка, который во многом зависит от взрослого как в своих действиях, так и возможностях справиться с той или иной ситуацией. Безопасная школа должна обеспечить решение не только образовательных задач, но и удовлетворение такой базисной потребности человека, как безопасность.

Как показал опыт последних лет, образовательные учреждения все чаще сталкиваются с разными типами кризисных ситуаций. Одни из них локальны и касаются только учеников и школьного персонала (телефонный терроризм, переживание утраты в связи со смертью ученика, преподавателя), другие носят более глобальный, региональный характер (террористические акты, стихийные бедствия и т. д.). Экстремальная (чрезвычайная) ситуация может представлять угрозу физической безопасности учащихся. К некоторым типам кризисных ситуаций можно подготовиться, другие практически не оставляют времени для предварительного планирования. Одни бедствия случаются в стенах школы, другие — за ее пределами. Эти факторы влияют на реакцию в кризисных ситуациях. Но вне зависимости от типа ситуации сотрудники образовательного учреждения сталкива-

ются с необходимостью планирования действий в соответствии с происшествием, а также распознавания и понимания поведения учащихся. Такие события, будучи неплановыми, неожиданными для обычного течения школьной жизни, часто не получают достаточного внимания со стороны администрации. Именно поэтому любая кризисная ситуация предполагает осуществление со стороны школьной администрации целой серии обязательных мер.

**Первый шаг** — позвонить семье, предложить помощь, поддержку. Обозначить действия, которые необходимо предпринять. Назначить ответственного.

**Второй шаг** — поставить в известность всех, непосредственно связанных с событием (учителей, одноклассников, школьный персонал). Определить последовательность действий. Назначить ответственных.

**Третий шаг** — ознакомить учителей со стратегиями помощи учащимся для того, чтобы справиться с эмоциональными последствиями той или иной ситуации.

**Четвертый шаг** — определить политику контакта со средствами массовой информации (если это произойдет), какую информацию предоставлять.

**Пятый шаг** — оценить необходимость обращения за помощью в региональный (городской или районный) антикризисный центр и другие организации.

**Шестой шаг** — оповестить вышестоящую организацию о ЧС.

**Седьмой шаг** — составить расписание (в зависимости от ситуации школа может быть закрыта на день, работа учреждения может быть продолжена в обычном режиме, но при особом внимании по отношению к детям «группы риска» и т. д.); рассмотреть возможную деятельность всех подразделений школы (кружков, дополнительных занятий и т. д.).

**Восьмой шаг** — предпринять шаги по выявлению «группы риска».

**Девятый шаг** — определить необходимость установления контакта с родителями учащихся «группы риска».

**Десятый шаг** — пригласить бригаду мобильной помощи из службы экстренной психологической помощи по работе с посттравматической ситуацией.

**Одиннадцать шаг** — представить информацию в городскую службу экстренной психологической помощи (информация

включает следующие сведения: школа, дата происшествия, краткое описание того, что сделано антикризисной школьной бригадой, что, с точки зрения школы, происходило удачно в работе, что можно было сделать по-другому, была ли задействована региональная служба экстренной психологической помощи, ее действия).

В каждой кризисной ситуации среди учащихся, педагогов и родителей распространяются памятки с напоминанием о том, как следует и как не следует себя вести; что следует и что не следует говорить; кратко описывается течение переживания горя, симптоматика переживания страха, гнева, вины, депрессии и т. д.

Любая экстремальная ситуация может рассматриваться как кризисная, так как является для любого человека эмоционально значимым событием. Именно на вывод человека из кризисной ситуации, преодоление негативного и формирование позитивного отношения человека к себе, к окружающим и к миру в целом направлена психологическая помощь.

Понятие кризиса в образовательной среде достаточно многозначно. Разные определения отражают различные его аспекты. Кризис может быть определен как восприятие события или ситуации как невыносимо затруднительных, выходящих за рамки имеющихся у человека (группы) ресурсов. Кризисное вмешательство может рассматриваться как процесс осуществления психологического разрешения кризиса и восстановления функционирования. Под кризисным вмешательством в школе понимается ряд действий, которые может планировать и реализовать образовательное учреждение в ситуации кризиса. Основные принципы кризисного вмешательства — незамедлительность, близость, ожидание, краткость, а цели — стабилизация, смягчение острых признаков и симптомов стресса, восстановление, насколько это возможно.

В зависимости от временного этапа развития кризисной ситуации будет изменяться тип помощи и ее объем. Так, например, на первом этапе в большинстве случаев преобладает медицинская и социальная помощь, психологическая помощь практически не востребована. По мере развития кризисной (экстремальной) ситуации меняется запрос на тот или иной вид помощи. Как правило, на втором этапе преобладает социальная и психологическая помощь. В период завершения кризисной ситуации (третий этап) наиболее востребованной становится соб-

ственно психологическая помощь. Это касается в первую очередь непосредственно тех, кто находится в экстремальной ситуации. Учет возрастных особенностей развития позволяет педагогу правильно дозировать информацию, которая необходима учащимся для последовательного освоения окружающего мира.

Одним из основных психотерапевтических средств в работе педагога с детьми в момент экстренной психологической помощи и в целях профилактики является игра и ролевое моделирование, направленные на создание ситуаций развития. Игра позволяет выполняющим, с одной стороны, реальные действия, а с другой — отвлечься от реальной действительности, погружаясь в условный мир. Такая двуплановость игры обеспечивает развивающий эффект психотерапевтического воздействия. В процессе игротерапии дети учатся управлять своим поведением, обмениваются ролями, выстраивают свою позицию. Многие психологи отмечают, что сюжетно-ролевая игра — это такая деятельность, в которой не может быть внешнего продукта — результата этой деятельности; ее результат — во внутреннем изменении личности, в приобретении определенного опыта. В ролевой игре заложены большие возможности для развития рефлексии как способности осмысливать свои действия, потребности, переживания, соотнося их с действиями, потребностями и переживаниями других людей. Игра — своеобразный регулятор всех жизненных позиций ребенка, сфера его самостоятельности, в которой происходят мощные процессы самопринятия, самоопределения, самовыражения, самостановления. Ребенок развивается как индивид и личность в игре и через игру, получая разнообразную информацию о мире и о себе от взрослых и сверстников прежде всего в коммуникативной сфере. Говоря о системе сюжетно-ролевых игр-ситуаций, выстроенных определенным образом и направленных на приобретение учащимися умений ориентироваться в той или иной жизненной ситуации, важно не просто определять соответствующий способ выхода из нее, а выбирать наиболее эффективный применительно к тем или иным условиям.

Ролевая игра позволяет учащимся продемонстрировать и посмотреть несколько вариантов проигрывания одной и той же роли в заданной ситуации. В результате появляется реальная возможность сравнить требования, предъявляемые к той или иной

социальной роли, с собственным реальным поведением. Поэтому на таких уроках, как ОБЖ, важно не просто проговаривать способы поведения в той или иной ситуации, а проигрывать, выполнять практические задания. От учащихся в игре требуется проявить инициативу, общительность, самостоятельность и ответственность, способность координировать свои действия с действиями других.

Таким образом, ролевая игра создает ее участникам условия, чтобы они могли:

- ↳ уяснить не только сущность заданной им социально-психологической ситуации, но и собственные социальные установки, мысли и чувства, связанные с той или иной ролью;
- ↳ развить умение «ставить себя на место другого человека»;
- ↳ опробовать новые роли, способы и формы общения в ситуациях, моделирующих реальную жизнь.

Все это способствует осознанию учащимися значимости социально-психологических факторов повседневной деятельности, выработке умения более четко понимать собственное поведение и поведение других, развивает социальные навыки детей.

В процессе психотерапевтических занятий можно выбрать две тактики работы:

↳ первая предполагает усиление когнитивного аспекта (в этом случае занятия строятся больше по принципу семинарских, с обязательными компонентами семинара: сообщение, дискуссия, обсуждение случаев);

↳ вторая предполагает работу с эмоциональной, чувственной стороной взаимоотношений, поиск истинных, неосознаваемых причин нарушений во взаимоотношениях (в этом случае занятия строятся по принципу терапевтических групп).

Эффективное поведение в ситуации кризиса уменьшает его негативное влияние на обучение и психическое здоровье учащихся, а также помогает им быстрее вернуться к нормальному существованию и предотвратить у них появление психосоциальных проблем. Реакция детей на травматическое событие зависит от тяжести ситуации, возраста детей, их психологических особенностей, навыков совладания с кризисными ситуациями.

Образовательная среда имеет свои особенности, которые определяют значимость и специфику решения вопросов обеспечения безопасности.

Обеспечение безопасности в образовательном пространстве включает три основных типа мероприятий:

- ↳ подготовку и профилактику;
- ↳ непосредственное действие в чрезвычайной ситуации;
- ↳ послекризисные меры.

Принято выделять три уровня кризисного вмешательства:

- ↳ меры, принимаемые для предотвращения кризиса;
- ↳ минимизация непосредственных последствий кризиса;
- ↳ долгосрочные программы для наиболее пострадавших от кризиса.

Планирование действий в ситуации кризиса включает:

- ↳ подготовку учителей и персонала, согласование с районным и городским планом действия;
- ↳ вовлечение других служб: милиции, представителей ГО и ЧС, медицинских работников, службы социальной поддержки;
- ↳ выявление и обсуждение потенциально опасных ситуаций, а также учащихся с эмоциональными и поведенческими проблемами.

Основные цели подготовки:

- ↳ выявление слабых сторон;
- ↳ раскрытие ресурсов;
- ↳ улучшение координации;
- ↳ прояснение роли, сферы влияния и ответственности;
- ↳ повышение общей эффективности действий антикризисной бригады.

Эффективные действия ОУ в кризисной ситуации обеспечивает особый кризисный план, который обязана иметь каждая школа. План действия в ЧС включает разные составляющие, направленные на обеспечение физической, психологической, эмоциональной безопасности и благополучия учащихся и персонала.

В числе первоочередных задач такого плана должны быть:

- ↳ снижение или нивелирование известных факторов риска насилия; формирование защитных факторов, которые бы ограждали от рисков;
- ↳ учет возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;
- ↳ своевременное выявление и понимание наиболее актуальных и острых проблем учащихся;
- ↳ использование многоплановых стратегий на разных уровнях (семья, школа, сверстники, общество).

## Создание доброжелательного климата в школе

Некоторые дети могут учиться практически в любой школьной среде. Другим же требуется поддержка в овладении умением учиться и приобретении навыков разрешения конфликтных ситуаций, в повышении их социальной компетентности.

Говоря о безопасной школе, можно выделить четыре составные элемента этого понятия:

- ↳ доброжелательный коллектив, все члены которого чувствуют поддержку со стороны друг друга;
- ↳ обучение коммуникативным поведенческим умениям, навыкам поведения в проблемных ситуациях;
- ↳ создание системы поведенческой поддержки;
- ↳ обеспечение соответствующего обучения.

Создание безопасной школы предполагает также работу с учащимися «группы риска». Как бы исследователи ни определяли категорию «дети группы высокого риска», она обязательно включает в себя такие признаки, как риск оказаться вне школы и общества, агрессивное поведение, склонность к суицидальному поведению, химическая зависимость. Большая роль в выявлении и поддержке подростков «группы риска» принадлежит школьному психологу, имеющему возможность своевременной диагностики и консультирования.

Классному руководителю в свою очередь необходимо обращать особое внимание на следующие особенности детей, нуждающихся в дополнительной психологической помощи:

- ↳ не выполняют школьные задания или поручения продолжительное время при условии, что большинство сверстников справляются с работой;
- ↳ отличаются высоким уровнем эмоциональных реакций (к примеру, агрессивность, плач, слезливость);
- ↳ находятся в депрессии, не желают общаться;
- ↳ демонстрируют низкую успеваемость и слабый уровень концентрации внимания;
- ↳ высказывают суицидальные идеи, преднамеренно наносят себе повреждения;
- ↳ употребляют алкоголь, психотропные препараты;
- ↳ перестают обращать внимание на личную гигиену.

Часто учителям требуется дополнительная психологическая подготовка для более эффективного общения с подростками, а также овладения такими формами обучения, как общие и специализированные тренинги, помогающие использовать ненасильственные формы решения конфликтов.

Отдельно выделяется работа с мигрантами, направленная как на адаптацию детей-мигрантов, так и на повышение их толерантности. Переход в другую культуру — всегда сложный, стрессовый опыт. Это значительное изменение жизни, сопряженное с глубокими физическими, психосоциальными, культурными изменениями и, как следствие, требующее постепенной, часто болезненной адаптации.

В любом случае образовательное учреждение должно выстраивать работу с такими детьми по четырем направлениям: работа с членами педагогического коллектива, работа с учащимися, работа непосредственно с конкретным ребенком и работа с близкими данного ребенка.

Можно выделить основные направления оказания помощи и поддержки учащимся:

⇨ социально-правовая помощь, что подразумевает содействие в оформлении льгот, трудоустройстве, правовой защите, представлении интересов ребенка в суде и т. п.;

⇨ медико-социальная помощь — организация лечения, реабилитации, комплекса мероприятий по укреплению здоровья, профилактике заболеваний (снижение физических, трудовых, учебных нагрузок при необходимости) и т. п.;

⇨ педагогическая помощь — организация поддержки в учебной деятельности; создание ситуации успешности; налаживание взаимодействия с педагогами, родителями, учащимися; обучение социальным и жизненным навыкам; создание обучающих и воспитывающих ситуаций; индивидуальный подход;

⇨ психологическая помощь — содействие развитию самосознания, то есть понимания своих особенностей, потребностей, чувств, способностей и возможностей; принятию своего прошлого, настоящего; осмыслению будущего; формированию способности к самопомощи в сложных жизненных ситуациях; пониманию мира других людей, их чувств, желаний, действий.

Педагогическая и психологическая составляющие поддержки и помощи ребенку в процессе образования и социализации

фактически неотъемлемы одна от другой и осуществляются через просвещение, беседу, направленную на вербализацию чувств, арттерапию (выражение себя, своих чувств, желаний, страхов через средства искусства), практические занятия и т. д.

Таблица 5

**Использование педагогической поддержки**

Обусловленность поддержки	Виды поддержки
Характер возникшей трудности у ребенка	Безусловная, условная (осуществляется с согласия ребенка)
Время осуществления	Ситуативная, получаемая в виде практических действий по мере необходимости; опережающая
Форма воздействия	Индивидуальная, групповая
Форма влияния со стороны педагога	Убеждение, внушение, принятие, эмоциональная поддержка
Направленность	Педагогическая (в обучении и воспитании), психологическая (коррекция, реабилитация, консультирование), социальная (профилактика, просвещение), медицинская, юридическая

**Незамедлительное вмешательство в опасных ситуациях**

Незамедлительное вмешательство необходимо при следующих обстоятельствах: учащийся представляет подробный план (время, место, способ) нанесения повреждений себе или другим, особенно в случае уже имеющейся истории агрессивного поведения или попыток осуществления угроз в прошлом; у учащегося есть оружие, и он угрожает применить его.

В подобных случаях незамедлительно должны быть поставлены в известность родители, опекуны, а также необходимо обратиться за помощью в соответствующие службы (милицию, службы ребенка и семьи, региональные службы психического здоровья). Реакция на эти опасные ситуации должна строго соотноситься со школьной политикой, законодательством и школьным планом действия в ситуациях насилия.

Акцент в работе с ребенком делается на позитивном опыте,

который учащиеся могут получить в межличностном и учебном взаимодействии в школе. Принятие и уважение, межличностная и академическая успешность обеспечивают позитивное восприятие школы и себя в ней. Целесообразны как специальные, направленные на формирование социальных навыков уроки, так и включение в учебные предметы тем, связанных с разрешением конфликтов, принятием решений, уважением и признанием другого человека, выработкой позиции активного участника, созданием мирного окружения. На проводимых специально подготовленными учителями занятиях ставятся вопросы эффективного общения, разрешения конфликтов, организации взаимодействия, выражения чувств, умения справляться с негативными эмоциями, агрессией, развития навыков самоконтроля.

### Психологическая травма у детей

Учет возрастных особенностей — необходимое условие для лучшего понимания ребенка и более эффективного действия в ситуации кризиса.

Реакции на психологическую травму могут появиться сразу после травматического события или через несколько дней, иногда и недель. Потеря доверия ко взрослому, страх того, что событие может повториться снова, что пострадает кто-то из тех, кого они любят, проявляются у многих детей и подростков, переживших травматическое событие. Шоковая волна травмы может привести к самым разным реакциям: недоверию к окружающим, беспомощности, изоляции, отчаянию, ужасу. Обычно ситуации, связанные с травмами, происходят внезапно, часто не оставляя ребенку времени подготовиться к ним физически или эмоционально. Обычные средства, которые помогали ему справляться с бытовыми трудностями, в таких случаях оказываются неэффективными. Во время катастрофы ребенок нуждается в дополнительном уходе, поддержке и знаниях о способах, которые помогли бы ему в этой ситуации. Пример и образец такого поведения могут дать взрослые.

Члены кризисной команды должны иметь представление о естественных реакциях людей на стресс в зависимости от возраста, индивидуальных особенностей, религиозных убеждений, культурных ценностей.

Специалисты детского школьного профиля и более широкого сообщества должны быть включены в оказание помощи и родителям ребенка для лучшего понимания его реакции на насилие и травму, переживание необоснованных страхов относительно будущего, возможного физического расстройства здоровья и сна.

### Если вы испытываете стресс

Как стресс можно рассматривать зачастую и состояние постоянной тревоги. Известны различные формы тревожности. Они проявляются в стихийно складывающихся способах ее преодоления и компенсации, а также в отношении ребенка к этому переживанию. Существуют две основные категории тревожности: открытая — сознательно переживаемая и проявляемая в поведении и деятельности в виде состояния тревоги; скрытая — в разной степени неосознаваемая, проявляющаяся либо в чрезмерном спокойствии, нечувствительности к реальному благополучию и даже в отрицании его, либо косвенным путем — через специфические способы поведения.

Выделяют три формы открытой тревожности:

↳ острая, нерегулируемая или слабо регулируемая тревожность — сильная, осознаваемая, проявляемая внешне через симптомы тревога, самостоятельно справиться с которой индивид не может. Эта форма примерно одинакова во всех возрастах;

↳ регулируемая и компенсируемая тревожность, при которой дети самостоятельно вырабатывают достаточно эффективные способы, позволяющие справляться с ней. Данная форма встречается преимущественно в подростковом возрасте;

↳ «культивируемая» тревожность — в этом случае, в отличие от изложенных выше, тревожность осознается и переживается как ценное для личности качество, позволяющее добиться желаемого. Этот вид тревожности может рассматриваться в нескольких вариантах. Во-первых, она может признаваться индивидом как основной регулятор его активности, обеспечивающий его организованность. Во-вторых, она может выступать как некоторая ценностная установка. В-третьих, она нередко проявляется в поиске условной выгоды и выражается через усиление симптомов. На этом этапе учащимся необходима педагогическая поддержка.

Последствия стресса разнообразны: от небольшого дискомфорта до серьезных заболеваний. Стрессу подвержены люди разных возрастов, но дети, в отличие от взрослых, располагают меньшим набором средств защиты. Преодолевать сильный стресс целесообразнее под наблюдением специалиста, который владеет различными методами психотерапии. Однако в штатной стрессовой ситуации возможно воспользоваться простыми поведенческими способами.

#### Правила поведения в стрессовой ситуации

1. Сосчитать до 10 (медленно!).
2. Выпить (медленно!) стакан воды (сока).
3. Не держать «это» в себе, проговорить ситуацию.
4. Позволить себе принять поддержку окружающих.
5. Перевести нервное напряжение в мускульное; дать организму физическую нагрузку.
6. Заняться бытовой деятельностью (стирать, мыть посуду, вытирать пыль и т. п.).
7. Слушать спокойную, приятную музыку.
8. Пешеходная прогулка на свежем воздухе.
9. Прохладный душ.
10. Релаксация, в частности последовательное мышечное расслабление.
11. Уменьшить значение события, сказать себе: «Это не конец света, все еще наладится».
12. Попросить помощи, психологической поддержки по телефону доверия — Центра экстренной психологической помощи.

Нарушения, развивающиеся после пережитой психологической травмы, способны затрагивать все уровни жизнедеятельности человека (физиологический, личностный, межличностного и социального взаимодействия) и приводить к стойким личностным изменениям.

Важно, чтобы педагог грамотно выстраивал взаимодействие с ребенком в данных ситуациях.

#### Поведение педагога по отношению к ребенку, пережившему психологическую травму

⇨ Наблюдайте внимательно за изменениями в поведении ребенка особенно в первые недели после психологической травмы, когда может появиться тенденция к изоляции, нервозность, агрессивность, замкнутость, рассеянность;

- ↳ будьте готовы к вопросам ребенка и честны с ним;
- ↳ старайтесь быть в контакте с его родителями, родственниками;
- ↳ не акцентируйте внимание на особенностях данного ребенка, на его положении;
- ↳ включайте в активную деятельность, привлекайте друзей подростка, чтобы он не чувствовал себя одиноким;
- ↳ проявляйте терпение, деликатность, такт.

Ситуации легче предотвращать, чем исправлять. Именно поэтому так важна профилактическая работа по предупреждению кризисных ситуаций в школе.

#### Рекомендации по выходу из кризисных ситуаций детей и подростков

↳ У ребенка, даже далекого от «эпицентра» кризисных событий (теракт, например), может появиться страх потерять своих родителей, братьев и сестер, друзей, родственников. Ему важно чувствовать, что он и его семья в безопасности. Дети, недавно пережившие потерю (смерть родственника, друга), другие травматические тяжелые жизненные события, могут вновь оказаться во власти болезненных воспоминаний, тревог, страхов. Эти дети входят в «группу риска», требующую психологического сопровождения, дополнительной помощи и поддержки.

↳ Дети (и многие взрослые) часто не знают, как им выразить сочувствие, соболезнование, и нуждаются в помощи. Расскажите ребенку, как он может поддержать своего сверстника. Помогите ему решить, что говорить и чего ожидать, какой реакции.

↳ Подготовьте детей к возможным переменам в поведении их друзей и знакомых, оказавшихся в трагической ситуации. Важно, чтобы ребенок понимал, что его друг может в связи с этим измениться (стремиться к уединению, стать раздражительным или грустным).

↳ Объясните ребенку, что его дружеские отношения могут быть важным источником поддержки для детей и одноклассников. Даже такие привычные занятия, как совместная игра в футбол, просмотр фильма, прогулка, могут ему помочь отвлечься от мрачных мыслей и воспоминаний, дать почувствовать, что он не один, что его друзья рядом.

↳ Позвольте детям говорить о том, что их беспокоит, об-

суждать это со взрослым. Это может облегчить их озабоченность, улучшит их состояние.

⇨ Родителям и учителям следует быть внимательными к тому, как дети реагируют на то, что происходит с их друзьями. Им может понадобиться дополнительная поддержка, чтобы помочь справиться с чувством беспомощности, фрустрации, которые многие люди испытывают в эти дни.

⇨ Пытаясь совладать с психологическими и эмоциональными последствиями совершенного поступка, некоторые дети и подростки могут отрицать либо факт самого происшествия, либо его значение. Дети, которые используют отрицание как средство преодоления произошедшей ситуации, должны быть уличены в мягкой, но прямолинейной манере. Подобная ситуация может вызывать их гнев и негодование. Но со временем при поддержке взрослого дети, как правило, начинают принимать реальность произошедшего.

## ПРОЕКТИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ШКОЛЬНИКОВ В РАМКАХ КУРСА ОБЖ

### Проблема физической подготовки

**Ф**изическая подготовка является одним из значимых направлений курса ОБЖ в образовательном учреждении. Актуальность реализации его сегодня связана также с тем, что процент физической недоразвитости детей продолжает неуклонно расти. Учитывая востребованность оздоровительной и военно-прикладной направленности физической подготовки как одного из разделов курса ОБЖ, имеет смысл уточнить основные элементы технологии ее проектирования.

Правильно спланированная система заданий по физической подготовке может быть одной из эффективных возможностей улучшения показателей физического развития школьников и их физического здоровья. Для разработки такой системы необходимо иметь технологию проектирования физической подготовки школьников, а также конкретные знания по проектированию физической нагрузки. Недостаток таких знаний может привести, с одной стороны, к снижению эффективности занятий физическими упражнениями, а с другой — к морфофункциональным нарушениям и различного рода патологиям.

Анализ результатов оценки знаний преподавателей ОБЖ на уровне теоретико-методическом (разработка методической документации) и практическом (реализация непосредственно на уроках) показывает зачастую низкий уровень владения ими основами проектирования физической подготовки учащихся. Среди наиболее часто встречающихся методических просчетов отмечаются следующие:

⇨ абсолютизация величин физической нагрузки (объема и интенсивности) при фронтальной форме организации задания. Например: задание для всего класса «...выполнить 10 раз упражнение “сгибание-разгибание рук в упоре лежа”». Это редко соотносится с индивидуальным уровнем подготовленности учащихся (ведь задание для всего класса). Практика показывает, что в одном и том же классе можно встретить учеников, которые могут выполнить данное упражнение более 30 раз, а есть и такие, кто не может выполнить это задание и одного раза. Таким образом, для каких-то учеников данное задание может быть разминочным, для кого-то на уровне рекордного (предельная нагрузка), а для кого-то вообще невозможным;

⇨ недостаточная систематизированность заданий по физической подготовке в рамках серии уроков и почти полное отсутствие ее в многолетнем аспекте (от класса к классу);

⇨ относительно слабая степень специализированности нагрузки по отношению к содержанию военно-прикладной подготовки. Задания по физической подготовке, поскольку они выполняют «обеспечивающую» функцию, должны отражать специфику двигательной деятельности применительно к службе в армии;

⇨ непонимание сущности различий «развивающих», «поддерживающих» и так называемых разминочных величин нагрузок;

⇨ недостаточное понимание диалектического отношения общей и специальной физической подготовок;

⇨ неоднозначность в определении места и значимости физической подготовки (и ее составляющих) как в отдельном уроке, так и в их серийном планировании;

⇨ отсутствие системы домашних заданий по физической подготовке;

⇨ недостаточная компетентность в использовании нестандартных форм организации: системы круговой тренировки, полос препятствий.

## Технология проектирования физической подготовки школьников

Технология проектирования физической подготовки школьников предполагает следующие шаги.

1. **Анализ целевых требований** программного материала по военно-прикладной подготовке в школе в связи с определением направленности тренировочных воздействий. В качестве базовых направлений физической подготовки в курсе ОБЖ определены силовая и ловкостная подготовка и развитие выносливости.

2. **Подбор средств** на основе анализа требований к специфике двигательной деятельности, изложенных в разделе «военно-прикладная подготовка», и методики развития физических качеств. Реализация этого направления деятельности учителя предполагает подбор комплексов упражнений, которые наиболее эффективно развивают данные качества.

Так, в качестве средств силовой подготовки рекомендуется планировать упражнения с отягощениями, с весом собственного тела, в самосопротивлении, с партнером, с использованием тренажерных устройств, природных условий (бег в гору, по песку и т. п.).

Для развития ловкостных способностей одним из главных условий подбора упражнений является их необычность, новизна, вариативность, нестандартность исполнения. Например, выполнение двигательных действий с исключением зрительного анализатора (с закрытыми глазами), что повышает мышечную чувствительность и впоследствии улучшает координационные способности как важнейшего проявления ловкости.

В заданиях по развитию выносливости рекомендуются как циклические упражнения (бег, плавание), используемые преимущественно для развития аэробной выносливости, так и ациклические (прыжки, упражнения с небольшими отягощениями, махи), выполняемые в смешанном режиме продолжительное время.

3. **Определение меры воздействия** подобранных средств. Для этого необходимо соотнести планируемую нагрузку с величинами МТ (максимальный тест), индивидуализируя ее таким образом. Например, для воспитания скоростно-силовых способностей (с использованием непредельных отягощений) следует подбирать упражнения, которые можно выполнить с макси-

мально возможной для данных условий скоростью (без существенных нарушений техники их исполнения). Отягощения подбираются в пределах от 30 до 60 % от максимума. Число повторений — от 6 до 10 (в зависимости от веса отягощения). Отдых — 3—4 минуты между подходами.

Поскольку в предлагаемых для школьников прыжковых упражнениях в качестве отягощения используется вес собственного тела, то дополнительные отягощения можно не использовать. Здесь важна установочная информация в содержании инструктажа перед выполнением задания, которая может иметь следующий вид: «...выпрыгивания выполняются максимально сильно и быстро, но так, чтобы хватило сил на указанное число повторений (6—10)...» Реально получится 90—95 % от максимальной силы и быстроты. Опыт показывает, что отдых между подходами у школьников может быть в пределах 1—2 минут, когда рекомендуется выполнять упражнения на расслабление и гибкость работавших мышц, махи по большим амплитудам. Количество повторений и подходов от занятия к занятию должно увеличиваться. При этом можно ориентироваться на следующие рекомендации: три подхода дают развивающий эффект; два подхода обеспечивают поддерживающий эффект; один подход — разминочный эффект.

Поскольку вес школьников — величина индивидуальная, то и индивидуализация нагрузки происходит сама собой. В случае же когда используются дополнительные отягощения, то индивидуализация нагрузки осуществляется на основе расчета 30—60 % от величины МТ.

4. Системное распределение тренировочных заданий во времени (поурочно). Такая системность должна учитывать следующие аспекты.

Распределение средств осуществляется:

⇨ по принципу «от простого к сложному» с учетом физической подготовленности учеников и координационной сложности заданий;

⇨ в соответствии с планируемыми заданиями на основе заблаговременной подготовки систем организма к специфике последующих более сложных заданий;

⇨ с учетом последовательного закрепления развивающих эффектов для получения устойчивых сдвигов в тренируемых системах организма;

↪ с учетом особенностей явления «переноса» двигательных качеств, чтобы используемые задания как в отдельном уроке, так и в серии уроков по максимуму помогали друг другу и по минимуму «не мешали» друг другу с точки зрения снижения развивающего эффекта.

Планирование нагрузки используемых средств осуществляется в следующей последовательности:

↪ определяется последний урок по использованию конкретного средства;

↪ рассчитывается целевая (итоговая) нагрузка каждого средства, которая фиксируется на последний для данного средства урок;

↪ уточняется и фиксируется исходная (начальная) нагрузка каждого средства на тот урок, с которого начинается его использование;

↪ распределяется нагрузка на «промежуточные» уроки, дозируемая на основе: а) постепенного увеличения количества повторений (отрезков) в подходах; б) постепенного увеличения количества подходов.

Для иллюстрирования обсуждаемой технологии ниже приводится пример фрагмента проекта физической подготовки школьников в связи с развитием скоростно-силовых способностей мышц ног (табл. 6), который может быть реализован как в урочной системе, так и в форме домашнего задания.

Таблица 6

**Фрагмент проекта физической подготовки  
по развитию скоростно-силовых способностей мышц ног**

Средства	Номера уроков							
	1	2	3	4	5	6	7	8
А*	1 × 6	2 × 6	2 × 8	3 × 8				
Б			1 × 6	2 × 6	2 × 8	3 × 8		
В					1 × 6	2 × 6	2 × 8	3 × 8
Г	1 × 8	2 × 8	3 × 8	2 × 10	3 × 10			
Д		1 × 12	2 × 12	3 × 12	2 × 16	3 × 16		
Е			1 × 20 м	2 × 20 м	3 × 20 м	2 × 30 м	3 × 30 м	
Ж				1 × 20 м	2 × 20 м	3 × 20 м	2 × 30 м	3 × 30 м

**Примечание:**

На пересечении «средства» и «номера урока» отмечено количество повторений (отрезков).

\*А — ходьба перекатом с пятки на носок с акцентированным выталкивающим движением стопой (желателен подскок);

Б — в упоре о стену активные разгибательные движения только в голеностопном суставе;

В — в упоре о стену активные разгибательные движения в коленном суставе;

Г — выпрыгивание вверх из полуприседа и полного приседа;

Д — выпрыгивания вверх с продвижением вперед;

Е — бег выпадами (многоскоки);

Ж — бег выпадами (многоскоки) через шаг со сменой ног.

**Методические рекомендации  
по разработке проекта физической подготовки**

Процесс развития физических качеств предполагает определенную этапность, связанную с возрастными особенностями, спецификой используемых средств и динамики нагрузки и, конечно же, самого развиваемого качества. Все это должно быть учтено в проекте физической подготовки, методические требования к которому изложены ниже.

⇨ Проект по развитию какого-либо отдельного физического качества рекомендуется разрабатывать сроком на 8—10 занятий (один месяц).

⇨ Направленность физической подготовкой определяется спецификой требований по военно-прикладной подготовке. Важным моментом при этом является правильность определения формы проявления физического качества. Например: для физического качества **сила** различают такие проявления, как скоростно-силовые способности, силовая выносливость, скоростно-силовая выносливость, статическая сила. В свою очередь скоростно-силовые способности проявляются в циклических видах двигательной деятельности (спринты) и ациклических (прыжки, метания); силовая выносливость — в циклических дискретных (подтягивание) и циклических непрерывных (плавание на 100 м), а также в статических режимах (равновесное удержание оружия в фазе «изготовка» при производстве выстрела). С учетом правильности определения целевой направленности физи-

ческой подготовки подбирается и соответствующая методика развития физических качеств.

⇨ При подборе средств физической подготовки важно представлять определенную этапность их реализации. В связи с этим необходимо выстроить все используемые упражнения в порядке нарастания их специализированности — от «самых» общеподготовительных (наименее всего отражающих специфику изучаемых двигательных действий) к «самым» специальным (в наибольшей степени отражающих специфику развиваемого физического качества). Степень специализированности упражнений должна нарастать от урока к уроку, доходя до своего максимума к последним урокам, посвященным развитию планируемых физических качеств. Желательно, чтобы в каждом уроке были упражнения как общеподготовительного, так и специально подготовительного характера.

⇨ Параметры нагрузки описываются посредством показателей, которые наиболее полно характеризуют объем и интенсивность используемого упражнения. В качестве показателей объема нагрузки можно применять: продолжительность (мин., с.) и протяженность (км, м) выполнения упражнения, КПУ (количество повторений упражнения, подходов, серий и т. п.). Интенсивность нагрузки рекомендуется определять по темпу (цикл/мин), скорости (м/с), весу отягощений (кг), в процентах (%) от максимально возможного проявления физического качества или относительно целевой интенсивности (%), которая планируется на контрольном уроке, ЧСС (уд/мин) и др.

⇨ От урока к уроку величина нагрузки по указанным выше показателям должна возрастать. Из известных в методике физического воспитания для школьной физической культуры рекомендуется использовать два варианта (формы) повышения нагрузки: прямолинейный и «ступенеобразный». Причем первый вариант желательно использовать для планирования нагрузок на начальных этапах занятий, а «ступенчатый» — на конечных.

⇨ При отработке стратегии прогрессирования величины нагрузки необходимо учесть противоречия в динамике объема и интенсивности. Целесообразную балансировку их динамики можно представить следующим образом:  $\frac{2}{3}$  от общего количества занятий по развитию данного физического качества следует наращивать показатели объема нагрузки, которые должны приблизительно в 1,5—2 раза превышать объем контрольного (це-

левого) норматива, а последнюю  $\frac{1}{3}$  — интенсивность. Следует помнить, что эффект нагрузки (последствия изменений в организме) в известной мере зависит от продолжительности отдыха, который может быть активным или пассивным по содержанию и жестким, ординарным или максимизирующим по продолжительности. Это необходимо учитывать при описании нагрузок с использованием повторного метода.

⇨ Рекомендуется индивидуализация физической подготовки. Необходимо определить меру необходимости и достаточности развития определенной двигательной способности в зависимости от уровня подготовленности ученика. Если протестировать учеников по какому-либо физическому качеству, то даже в пределах одного класса наблюдаются существенные различия по уровню подготовленности. Например, в тесте «сгибание-разгибание рук в висе на перекладине» (мальчики) у школьников 9—11 классов можно наблюдать в рамках одной (любой) параллели результаты от 0 до 40 раз. Данный тест определяет уровень силовой выносливости мышц плечевого пояса, которая является важным качеством для работы на гимнастических снарядах. Вероятно, у тех детей, результат которых в данном тесте 15—20 раз, дальнейший успех в физической подготовке может быть связан с другими качествами, «отстающими» в своем развитии, так как для оптимального уровня общей физической подготовленности данное достижение обеспечивает достаточный уровень. Логичным бы были для них нагрузки в обсуждаемом упражнении «разминочного» (менее 50 %) характера. Для учеников, результат которых 10—15 раз, — на уровне «поддержания» (50—70 %), 5—10 раз — «развивающего» (более 70 %) характера. А тем, у кого результат меньше 5 раз, необходимо развивать не силовую выносливость, а действовать по методике развития собственно силовых качеств. Иначе вряд ли они будут способны выполнять тесты на силу в соответствии с требованиями нормативов военно-прикладной подготовки, где необходимо проявление силовой выносливости мышц плечевого пояса.

В целях реализации принципа «индивидуализации тренировочных воздействий» рекомендуется дозировать физическую нагрузку, ориентируясь на показатели МТ (максимального теста). К этому необходимо приучать учащихся изначально на уровне понимания и последующих расчетных процедур ( $\frac{2}{3}$  МТ,  $\frac{3}{4}$  МТ и т. д.). На это уйдет определенное время, но затем такие затра-

ты «окупятся» в геометрической прогрессии. Достигнутый результат будет хорошим подспорьем при выполнении домашних заданий по физической подготовке.

⇨ Методика физической подготовки предполагает систему контроля. Кроме общепринятых вариантов тестирования, где используются должные нормы, рекомендуется научить учащихся строить и анализировать индивидуальный «профиль» физической подготовленности. Сравнительный анализ индивидуальных достижений желательно проводить относительно индивидуальной средней и средневозрастной (класса) линий. На основе величин-разниц между этими средними и собственным результатом определяется величина нагрузки («развивающая», «поддерживающая» или «разминочная») с последующим внесением корректив в программу физической подготовки.

В программе физической подготовки должны быть приведены расчетные (ориентировочно) этапные достижения в тестах, определяющих уровень подготовленности по выбранному для разработки физическому качеству. По отношению к ним рекомендуется подобрать и соответствующие оценки, основанные на динамике прироста достижений. Приблизительно это может выглядеть следующим образом: если за период учебной четверти ученик улучшил результат теста по отношению к показателю МТ (исходному) на 21—30 % — оценка «5», на 11—20 % — оценка «4», на 1—10 % — оценка «3», на 0 % и ниже — оценка «2». В таком подходе заложена и идея индивидуализации контроля за уровнем физической подготовленности.

### **Методика проектирования занятий силовой подготовки**

Представленный ниже проект силовой подготовки включает перечень средств (упражнений) и вариант распределения заданий на уровне этапного планирования.

#### **Комплекс упражнений с отягощением весом собственного тела для основных групп мышц**

##### **Грудные мышцы**

##### **1. Отжимания в упоре лежа на полу.**

Для усиления воздействия на грудные мышцы необходимо постепенно расширять постановку кистей, а также поднимать ноги выше. Чем выше ноги, тем сильнее воздействие на верхние пучки грудных желез и переднюю долю дельтовидных мышц.

Для увеличения амплитуды работы грудных мышц можно использовать подставки в виде брусков, стопок книг, табурет и т. п., чтобы торс «провалился» при отжимании пониже. Вдох при опускании, выдох при отжимании при всех упражнениях подобного характера.

2. Отжимания в упоре спереди на перекладине. Упражнение трудное, используется также для развития координации и силы маха.

3. Отжимания на брусьях (или на спинках двух стульев).

Хват от широкого до среднего, колени подтянуты к животу, подбородок опущен на грудь. При этом акцент передвигается на нижние пучки грудных мышц.

#### Мышцы ног

4. Приседания на одной ноге, другая вытянута вперед («пистолет»).

5. Приседания на одной ноге, стоя на стуле, табурете, другая опущена. Вдох при опускании, выдох при подъеме.

6. Подъемы на носок одной ноги, другая приподнята и фиксирована. Руки удерживают равновесие. Дыхание произвольное, но в такт движениям.

#### Мышцы спины

7. Подтягивание на перекладине широким хватом до касания ее шей. Вдох при подтягивании, выдох при опускании (так дышать при всех подобных упражнениях).

8. Подтягивания на перекладине хватом ладони внутрь (вариант — держась за перебросенную через перекладину толстую веревку, полотенце).

9. Подтягивания на перекладине узким хватом с прогибанием корпуса и касанием перекладины животом.

10. Подтягивания «из-под стола», не отрывая ступней от пола.

#### Мышцы плечевого пояса

11. Отжимания в стойке на руках от стены. Упражнение трудное, его нужно осваивать постепенно, вначале проделывая в сокращенной, а затем во все более полной амплитуде. Вдох при опускании, выдох при отжимании.

#### Мышцы рук

12. Подтягивание на перекладине хватом к себе, кисти сомкнуты.

13. Отжимания на спинках двух стульев или брусках, ноги согнуты, пятки к ягодицам.

14. Отжимания в упоре сзади на скамейке, ноги на стуле или другом возвышении. Ощущать растягивание в мышцах груди и передней части плечевых мышц.

15. Отжимания от пола в узком (сомкнутом) упоре.

16. Отжимания на брусках хватом изнутри.

Дыхание везде, как в упражнении 7 и др.

#### Мышцы брюшного пресса

17. Подъемы туловища из положения лежа, ступни закреплены (под диваном, шкафом).

18. Подъемы ног в положении лежа, руки удерживают тело неподвижно на полу. Выдох при всех упражнениях на пресс производится при сокращении мышц.

#### Упражнения с гантелями

1. Выполняется без отягощений.

Медленно развести руки в стороны — вверх над головой, поднимаясь на носки, прогнуться — вдох, вернуться в исходное положение — выдох. Повторить 12 раз.

2. И. п. — стойка ноги врозь, гантели в опущенных руках, ладони вперед.

Одновременно или поочередно сгибать и разгибать руки. Повторить 12 раз.

3. И. п. — стойка ноги врозь, прямые руки над головой.

Одновременно или поочередно сгибать или разгибать руки с заведением гантелей за голову, локти не опускать. Повторить 12 раз.

4. И. п. — стойка ноги врозь, руки согнуты, гантели у плеч.

Резко выпрямить левую руку вперед, одновременно поворачивая туловище вправо. Повторить правой рукой (имитация ударов в боксе). Движения резкие, в полной амплитуде. 10—20 «ударов» каждой рукой.

5. И. п. — стойка, в руках гантели, ладони внутрь.

Поднять прямые руки вперед до уровня плеч, развести в стороны, поднять вверх, опустить через стороны. Повторить 12 раз.

6. И. п. — наклон прогнувшись, гантели в опущенных руках.

Медленно развести прямые руки в стороны как можно выше, вернуться в и.п., локти не сгибать. Повторить 12 раз. Вариант — разведение рук в стороны лежа на спине.

7. И. п. — стойка ноги врозь, гантели в прямых руках над головой.

Наклониться вперед, прямые руки свободно опустить, ноги не сгибать — выдох. Принять и. п. — вдох. Повторить в быстром темпе 8 — 10 раз.

8. И. п. — основная стойка, гантель в правой руке у плеча, левая рука опирается на спинку стула.

Вдох — присесть на правой ноге, левую ногу и левую руку вытянуть вперед. Спина прямая, грудь приподнята, носок отянут. Без паузы вернуться в и. п. — выдох. Повторить 10—12 раз.

Во время последних повторений перед приседанием делать 2—3 вдоха-выдоха. Повторить на левой ноге.

Вариант — выполнять приседания, не держась за опору.

9. И. п. — лежа на скамье спиной, голова на вису, гантели в прямых руках перед грудью.

Делая глубокий вдох и как можно выше поднимая грудную клетку, опустить прямые руки за голову, вернуться в исходное положение — выдох. Повторить 20 раз.

После выполнения упражнений 8 и 9 ногу сменить и повторить комбинацию, что считается за один подход.

10. И. п. — основная стойка, к стопе правой ноги прикреплена гантель, левая нога на возвышении.

Сгибать и разгибать правую ногу в равномерном темпе. Повторить 12 раз.

11. И. п. — стоя носком правой ноги на возвышении (бруске высотой 10 см), гантель в правой руке у плеча, левая нога согнута или свободно опущена.

Подтянуться как можно выше на носке, вернуться в и. п., как можно ниже опуская пятку.левой рукой можно держаться за опору. Повторить 15 раз каждой ногой.

12. И. п. — основная стойка, ноги на ширине плеч.

Наклониться влево, не сгибая ног в коленях, одновременно подтягивая гантель правой рукой к подмышке. Вернуться в и. п., наклониться вправо. Повторить до 10 раз в каждую сторону.

13. И. п. — лежа бедрами на коне или скамье лицом вниз, туловище на вису, ступни закреплены, гантели у затылка.

Сгибать и разгибать туловище в равномерном темпе. Дыхание не задерживать. Повторить 10 —12 раз.

14. И. п. — лежа на спине, колени слегка согнуты, ступни закреплены, гантели прижаты к затылку.

Согнуть туловище, разворачивая плечи вправо до касания левым локтем правого колена, вернуться в и. п. Повторить, вращая туловище влево. Выполнять «до отказа».

15. И. п. — основная стойка, без отягощений или с легкими гантелями.

Выполнять прыжки: ноги врозь — руки в стороны, вернуться в и. п. Повторить 10 — 12 раз.

16. Ходьба на месте, высоко поднимая ноги, постепенно замедляя темп.

Все движения выполняются с полной амплитудой. Дышать равномерно, как удобно. Вдох обычно совпадает с расширением грудной клетки и выпрямлением туловища. Движение с максимальным напряжением выполняются на полувдохе.

При планировании нагрузки следует ориентироваться на следующие рекомендации:

- ↪ три подхода — развивающий эффект;
- ↪ два подхода — поддерживающий эффект;
- ↪ один подход — разминочный эффект.

Таблица 7

**Примерное распределение тренировочной нагрузки по развитию силы и силовой выносливости**

Группы мышц	Месяц											
	1-я неделя			2-я неделя			3-я неделя			4-я неделя		
Мышцы рук	Р		Рв			П	Рв		П			Р
Грудные мышцы	Рв		П	Р			Р		Рв	П		
Мышцы плеч пояса		П			Рв	Р		Рв			Р	П
Мышцы спины		Рв		П	Р			Р		Рв	П	
Мышцы ног	П		Р			Рв	П		Р			Рв
Мышцы пресса		Р		Рв	П			П		Р	Рв	

Примечание: Рв — развивающий эффект; П — поддерживающий эффект; Р — разминочный эффект.

Таблица 8

**Комплекс упражнений с отягощением  
собственным весом и гантелями**

Мышцы	Упражнения (№)	
	собственный вес тела	с гантелями
Мышцы рук	12, 13, 14, 15, 16	2, 3, 4, 5, 6
Грудные мышцы	1, 2, 3	9, 16
Брюшной пресс	17, 18	12, 14
Мышцы ног	4, 5, 6	15, 8, 10, 11
Мышцы спины	7, 8, 9	7, 13
Мышцы плечевого пояса	11	

**Примечание:** Полностью комплексы упражнений приводятся на с. 127—129 настоящего пособия.

Программа одного комплекса выполняется 1—1,5 месяца. Для успешности проводимой работы необходимо постоянно что-то менять на каждой тренировке: переставлять упражнения местами, изменять количество повторений. Таким образом организм быстрее адаптируется к нагрузкам. После каждого комплекса — перерыв на 5—7 дней для отдыха мышц.

**Методика проектирования занятий  
по развитию выносливости**

Рассмотрим ряд основных положений-рекомендаций в связи с проектированием одного из направлений физической подготовки — аэробной (или, как часто ее называют, «общей», что не совсем корректно) выносливости. Это физическое качество является одним из наиболее жизненно важных для человека вообще, а в военно-прикладной подготовке в особенности. Данное положение обусловлено следующими причинами:

↪ аэробная выносливость (АВ) по своим физиологическим и психологическим последствиям наиболее эффективна с точки зрения оздоровительных результатов;

↪ хорошо развитая АВ положительно сказывается на развитии всех физических качеств в системе общей и профессионально-прикладной физической подготовки (по принципу положительного «переноса»).

Необходимо знать, что АВ связана со способностью выполнять длительную работу (более 4 мин.) заданной интенсивности (ЧСС до 170—180 уд/мин). Развивать АВ можно преимущественно двумя способами: по методу длительной непрерывной работы и повторной работы. Рассмотрим технологию проектирования системы занятий по развитию АВ с использованием более простого и доступного в практической реализации метода длительной непрерывной работы.

**Первый шаг** — подбор средства занятий. Здесь рекомендуется выбрать циклические упражнения. Наиболее популярными являются бег, плавание, гребля, передвижения на лыжах и велосипеде. Самым приемлемым средством военно-прикладной подготовки в данном аспекте считается кросс. Кроссовая подготовка имеет большое прикладное значение. Кроссовый бег способствует подготовке школьников не только к профессиональной трудовой деятельности, но и к службе в армии, где кроссы систематически используются в целях повышения физических качеств бойцов и совершенствования навыков преодоления препятствий на местности.

**Второй шаг** — определение исходного уровня подготовленности учащихся. Здесь важно определить величину объема и интенсивности нагрузки, которую можно выполнять непрерывно без ущерба для здоровья. Выявить такие индивидуальные параметры нагрузки возможно, если попробовать выполнить выбранное упражнение в темпе чуть ниже среднего до появления одышки, которую трудно терпеть. Преодоленное таким образом расстояние и темп и будут характеризовать исходный уровень готовности. В дальнейшем желательно ежедневно, «отталкиваясь» от исходного результата, прибавлять расстояние преодолеваемой дистанции на определенную величину, ориентируясь по-прежнему на ощущения «одышки».

**Третий шаг** данной технологии — проектирование нагрузки. Здесь можно рекомендовать два варианта (формы) увеличения преодолеваемого расстояния: «прямолинейный» и «ступенчатый».

На первых этапах занятий (1—1,5 месяца) целесообразен прямолинейный вариант. Затем при достижении должного объема и оптимального уровня тренированности можно переходить на «ступенчатый» вариант. В этом случае желательно еженедельно (например, начиная с понедельника) прибавлять расстояние

на 5—10 % относительно дистанции прошлой недели. Рассмотрим подробнее рекомендации проектирования нагрузки по этим двум вариантам.

Практика показывает, что старшеклассник со средним уровнем подготовленности может выполнить исходную нагрузку бег — 1000 м. Используя прямолинейный вариант динамики нагрузки, через месяц он может преодолеть дистанцию 4000 м без каких-либо последствий для здоровья. Причем обычно ощущения, испытываемые при выполнении такой нагрузки на последних в месяце занятиях, обучающийся описывает следующими словами: «бежалось легко, одышки не ощущалось, мог бы еще ...». Получается, что в среднем в случае прямолинейной динамики увеличения нагрузки в течение месяца ежедневная прибавка составляла 100 м. А за неделю прирост объема достигал 700 м. При достигнутом объеме в беге 4—5 км дальнейшее увеличение нагрузки в тех же значениях становится все более проблематичным. Поэтому рекомендуется перейти на «ступенчатый» вариант повышения нагрузки.

В случае использования «ступенчатой» формы увеличения объема и уровня тренированности при умении преодолевать дистанцию в беге 4—5 км рекомендуется еженедельно прибавлять по 250—300 м, что в 2 раза меньше, чем на предыдущем этапе (рис. 1). Достижение объема 6—8 км в беге, преодолеваемого за 30—40 мин. на пульсе 140—150 уд/мин., можно считать хорошим уровнем как в отношении тренированности, так и со стороны оздоровительного эффекта. Аналогично рассчитывается нагрузка и применительно к другим циклическим видам упражнений.

Дальнейший рост уровня АВ можно связывать уже со спортивной направленностью занятий, а значит, и с методиками спортивной подготовки. Так, применительно к методу длительной непрерывной работы можно использовать «волнообразную» форму динамики нагрузки. Здесь в течение месяца в первые 3 недели (то есть  $\frac{3}{4}$  данного этапа) нагрузка возрастает на основе «прямолинейной» или «ступенчатой» формы приблизительно на 10 % к концу третьей недели. А в оставшийся период — на последней неделе — плавно уменьшается, не доходя до исходного уровня (который фиксировался на первой неделе месяца) на 10—15 %. Например: 1-я неделя — 7 км, 2-я неделя — 7,5 км, 3-я неделя — 8 км и 4-я неделя — 7,3 км. Следующий месяц ре-

комендуется начать с нагрузки 7,5 км — на 1-й неделе, а далее соответственно рекомендациям предыдущего этапа (рис. 2).

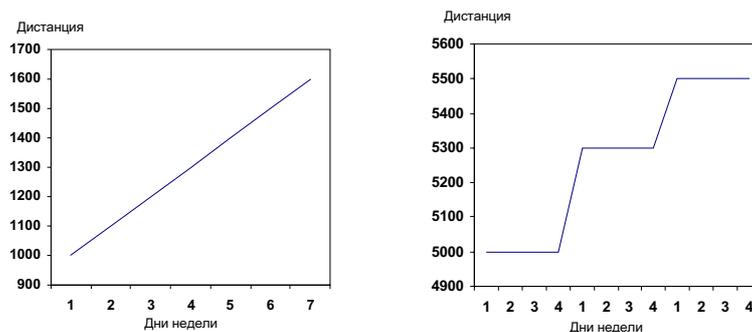


Рис. 1. Пример проектирования беговой подготовки с использованием «прямолинейной» и «ступенчатой» форм динамики нагрузки

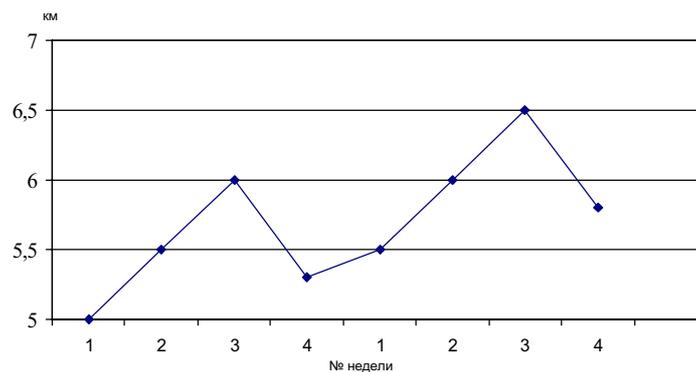


Рис. 2. Пример проектирования беговой подготовки сроком на два месяца с использованием «волнообразной» формы динамики нагрузки

Представленная модель проектирования системы индивидуальных занятий по развитию аэробной выносливости может быть использована как для самостоятельных (домашних) занятий старшеклассников, так и организации факультативных занятий по ОБЖ.

### Система использования единой общевоинской полосы препятствий на занятиях по кроссовой подготовке

Преимущество полосы препятствий как комплексного средства физической подготовки состоит в возможности легко варьировать нагрузку не только за счет объема и интенсивности, но и за счет упражнений — препятствий, в нее включаемых. Дополнительно к рассмотренным заданиям кроссовой подготовки рекомендуется использовать задания по изучению способов преодоления единой общевоинской полосы препятствий, которая включает:

- ↪ преодоление окопа различной длины перепрыгиванием в шаге или прыжком;
- ↪ прохождение лабиринта с изменением направления бега;
- ↪ прохождение по бревну с удержанием равновесия;
- ↪ преодоление забора высотой 2 м с прыжка или подтягиванием;
- ↪ прохождение по разрушенному мостику на высоте 2 м с удержанием равновесия;
- ↪ прохождение по разрушенной лестнице (варианты прохождения различными способами);
- ↪ прохождение по закрытому окопу (блиндаж);
- ↪ метание в цель;
- ↪ прохождение разрушенного окна.

Необходимо заметить, что в полном объеме выполненную полосу препятствий вряд ли можно встретить в каком-либо учебном заведении (только за редким исключением), а вот отдельные элементы ее встречаются довольно часто. И не всегда она используется должным образом даже на уроках ОБЖ. Но использование приемов преодоления общевоинской полосы препятствий в военно-патриотической игре «Зарница» происходит ежегодно. И зачастую участники соревнований знакомятся с этими приемами непосредственно на соревнованиях.

В зависимости от степени сложности рекомендуется осваивать элементы полосы препятствий в следующей последовательности:

- ↪ прохождение лабиринта;
- ↪ преодоление окопа и прохождение по бревну;
- ↪ прохождение разрушенного окна и блиндажа (если таковой отсутствует, то метание в цель);

↪ прохождение по разрушенному мостику и разрушенной лестнице;

↪ преодоление забора.

Особенности занятий кроссовой подготовкой в зимних условиях определяются необходимостью в целях сохранения оздоровительной сущности учебного предмета проведения большей части занятий на открытом воздухе, то есть по возможности на улице. Для этого необходимо подготовить место для учебных занятий. Чаще всего таким местом является школьный стадион. Примерная схема расположения кроссовой площадки отображена на рис. 3. Если есть возможность, то расчищается площадка размером примерно с мини-футбольное поле (20 × 40 м) для проведения различных спортивных игр и эстафет. Из снега по лицевым линиям футбольного поля делается несколько искусственных горок для обучения бегу в гору и с горы. Вокруг этой площадки прокладывается кроссовая трасса с различными участками; для бега по скользкому грунту (ледяная дорожка), для бега по мягкому грунту (из рыхлого снега), для преодоления препятствий (могут служить любые снаряды, расположенные на школьном стадионе), дорожка для бега по неровному грунту. Можно также установить дополнительные снаряды: неподвижное и качающееся бревно, парные бревна для мышц спины и живота, бревно для развития силы рук и др.; по возможности реконструировать единую общевойсковую полосу препятствий (или отдельные ее элементы).

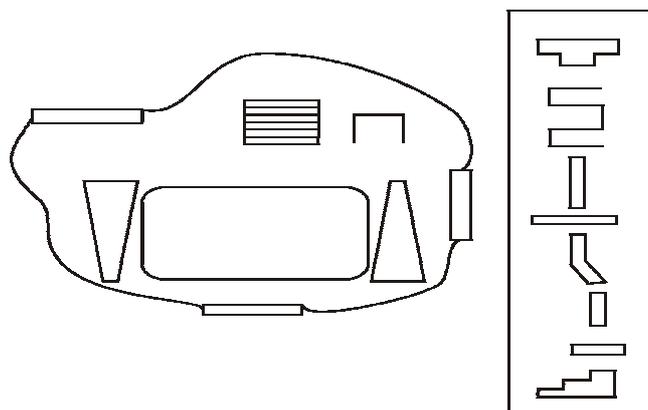


Рис. 3. Примерная схема расположения кроссовой трассы на школьном стадионе или спортивной площадке

Можно организовать занятия с использованием полос препятствий и в условиях спортивного зала. Один из таких вариантов представлен на рис. 4.

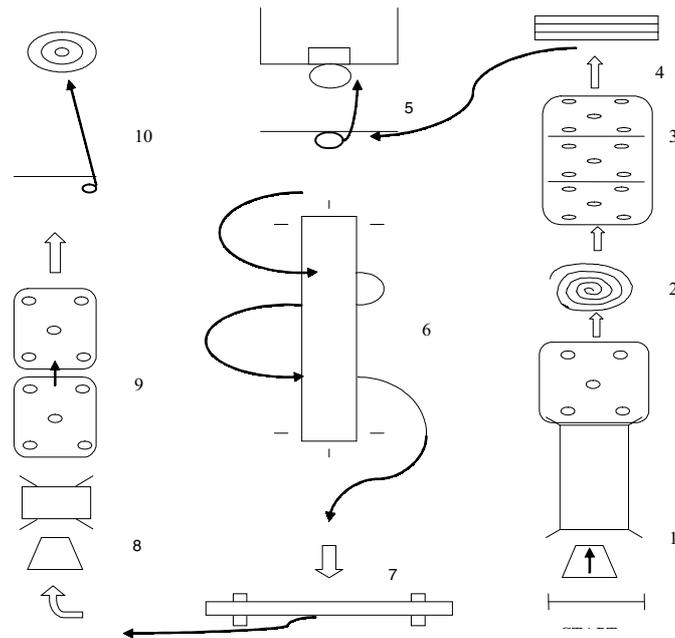


Рис. 4. Комплексная полоса препятствий в спортивном зале

#### Содержание комплексной полосы препятствий в спортивном зале\*

1. С 5—6 шагов разбега опорный прыжок «ноги врозь» через гимнастического коня в длину (Н—120 см). Девушки — прыжок «согнув ноги», в упор присев, пробежать по снаряду, соскок вперед.

2. Лазание по канату без помощи ног, углом. Девушки — лазание с помощью ног до 2—3 м.

3. Проползание по трем лежащим на полу матам по-пластунски под натянутой на высоте 45 см волейбольной сеткой или веревочками.

\*

Материалы раздела разработаны и апробированы учителями высшей категории В. В. Балабординым (Барминская СОШ) и А. В. Моисеенко (СОШ № 136 Нижнего Новгорода).

4. Из вися на гимнастической стенке поднимание ног, согнутых в коленях, к груди (угол не менее  $90^\circ$ ) — 10 раз.

5. Бросок баскетбольного мяча с линии штрафного броска из трех попыток до первого попадания.

6. Преодоление гимнастического бревна прыжками над ним с упором обеими руками о бревно, с последующим подлезанием под ним (3 раза).

7. Отжимание из положения упора лежа руки на скамейке 15 раз. Девушки — 10 раз.

8. Длинный кувырок через гимнастического козла в ширину. Девушки — опорный прыжок «ноги врозь». Высота снаряда 120 см.

9. Два кувырка вперед слитно на дорожке из двух матов, выход в стойку на голове и руках. Девушки — в сед углом, держать четыре счета.

10. Метание теннисного мяча в цель (H — 3,5 м) с расстояния 6—8 м из трех попыток до первого попадания.

Представленная в данной главе пособия технология физической подготовки прошла апробацию и эффективно внедрена в программу курсовой подготовки повышения квалификации учителей физической культуры и ОБЖ. В результате сотрудничества НИРО с учителями физической культуры и ОБЖ на экспериментальных площадках различного уровня по направлению «Проектирование физической подготовки школьников» был получен обширный материал, доказывающий эффективность предлагаемых в данном разделе пособия подходов.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ

**И**спользование новых технических (аудиовизуальных, видео-экранных) средств делает обучение, с одной стороны, более наглядным и создает, казалось бы, дополнительные условия для сохранения работоспособности. Но с другой — технические средства обучения (ТСО) увеличивают объем информации, получаемой школьниками, по сравнению с обычными уроками. И хотя форма подачи ее более наглядна, повышает внимание обучающихся и интерес к изучаемому материалу, возросший объем информации тем не менее увеличивает напря-

жение, темп работы, нагрузку на зрение и слух. При применении ТСО в младших классах от трех до шести раз в неделю расписание занятий должно строиться таким образом, чтобы в течение учебного дня учащиеся переключались с предметов, нагружающих преимущественно II сигнальную систему (математика, чтение, русский язык), на предметы, включающие в работу I сигнальную систему, создающие положительную эмоциональную атмосферу (труд, физкультура, ритмика). Это помогает сохранению работоспособности. В США и Англии принятая длительность передач учебного телевидения для старших классов составляет 30 минут, а для младших школьников — 20 минут (от трех до шести раз в неделю).

В старших классах активное использование ТСО приводит к большой утомляемости обучающихся, что объясняется следующими причинами: 1) за то же время, что и при традиционных формах обучения, передается большее количество информации; 2) хотя форма и способ подачи ее более наглядны, высокая плотность передачи знаний (при отсутствии обратной связи) затрудняет процесс восприятия. Поэтому необходимо регламентировать время использования ТСО, определять наиболее благоприятный тип передачи и структуры телевизионного урока, а также создавать оптимальные условия просмотра ТВ-передач в школе.

Педагоги и психологи считают лучшим следующее распределение времени на уроке типа телевизионной лекции: 5 минут в начале урока отводится для работы учителя с классом; 25 — 35 минут — передача; от 5 до 15 минут — работа учителя с классом по усвоению материала, его обобщению и дополнению. При телевставке на уроке время можно распределить следующим образом: 15 минут — для работы учителя; 15 — 20 — телевставка; оставшиеся 10 — 15 минут — работа по просмотренным материалам или дальнейшее изложение курса.

На работоспособность и состояние организма учащихся отрицательно воздействуют:

⇨ телепередачи длительностью свыше 25—35 минут (в зависимости от предмета);

⇨ преобладание в передаче слова над изображением, а также слишком большое количество схем, печатного текста, диаграмм, вызывающих значительное напряжение зрения;

↪ однообразная структура урока при недостаточном контакте «ведущий — учащийся — педагог»;

↪ неблагоприятные условия просмотра телевизионных передач (один телевизор на класс; расположение учащихся к экрану телевизора ближе 2 и далее 6 метров; засветка экрана солнечными лучами или просмотр в полной темноте; плохое качество изображения и т. д.).

Таблица 9

**Длительность непрерывного применения аудиовизуальных средств**

Классы	Длительность просмотра, мин.		
	диафильмов, диапозитивов	кинофильмов	телепередач
1 –2	7 –15	15 –20	15
3 –4	15 –20	15 –20	20
5 –7	20 –25	20 –25	20 –25
8 –11	–	25 –30	25 –30

В течение недели число уроков с применением ТСО не должно превышать для учащихся младших классов 3 — 4, старших классов — 4 — 6.

В последние годы массовый характер приобретает работа за персональным компьютером (ПК). Быстрыми темпами растет увлечение компьютерными играми, Интернетом особенно среди подростков. Все шире используется ПК и в школах. Это ставит перед школой новую проблему, также связанную со здоровьесбережением. Даже не очень продолжительная работа за ПК (не более одного часа) вызывает у 73 % подростков общее и зрительное утомление, в то время как обычные учебные занятия вызывают усталость только у 54 % подростков. Увлечись компьютером, ребята, испытывая эмоциональный подъем, даже не замечают усталости и продолжают работать дальше. Если же они увлечены одной из многочисленных компьютерных игр, то не в силах оторваться от нее по несколько часов.

Еще более тяжелые последствия для здоровья наступают, когда у экрана компьютера оказываются младшие школьники. Такой ребенок к вечеру возбужден, раздражен, неуправляем, плохо засыпает, часто просыпается. В результате на уроках он оказывается совершенно неспособным.

Сегодня, анализируя причины утомленного состояния ученика на уроке, учитель должен допускать вероятность многочасовых занятий школьника за компьютером (дома или в специальных клубах).

## **ОБОРУДОВАНИЕ КАБИНЕТА ОБЖ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**

**В** настоящее время действуют в качестве нормативного документа рекомендации МО РФ по оборудованию кабинета.

### **О Перечне учебного и компьютерного оборудования для оснащения общеобразовательных учреждений**

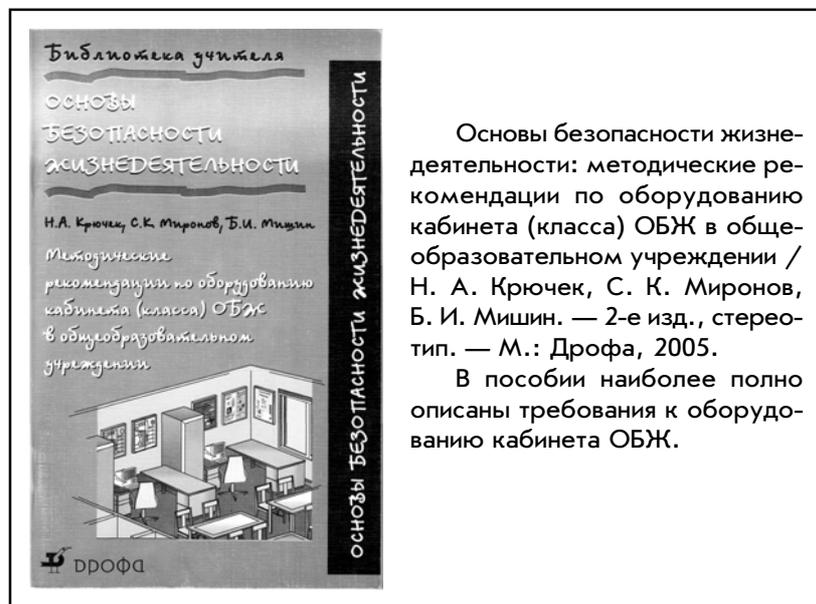
№ ОЗ-417 от 1 апреля 2005 г.

Органы управления образованием субъектов  
Российской Федерации.

Департамент государственной политики в образовании Минобрнауки России направляет для использования в работе согласованный с Российской академией образования Перечень учебного и компьютерного оборудования для оснащения общеобразовательных учреждений (далее Перечень).

Данный Перечень не является обязательным, он выполняет функцию ориентира при оснащении школ нормативной документацией, учебно-методическими комплектами, печатной продукцией, техническими средствами обучения, необходимыми для перехода школ на организацию процесса обучения в соответствии с требованиями образовательных стандартов, поскольку разработан на основе федерального компонента государственного образовательного стандарта общего образования.

При формировании содержания Перечня исходили из задач комплексного использования материально-технических средств обучения, перехода от репродуктивных форм учебной деятельности к самостоятельным поисково-исследовательским видам работы, переноса акцента на аналитический компонент учебной деятельности, формирование коммуникативной культуры учащихся и развитие умений работы с различными видами информации и ее источниками. Материально-техническое обеспечение учебного процесса должно быть достаточным для эффективного решения этих задач, именно поэтому Перечень



Основы безопасности жизнедеятельности: методические рекомендации по оборудованию кабинета (класса) ОБЖ в общеобразовательном учреждении / Н. А. Крючек, С. К. Миронов, Б. И. Мишин. — 2-е изд., стереотип. — М.: Дрофа, 2005.

В пособии наиболее полно описаны требования к оборудованию кабинета ОБЖ.

включает не только объекты, выпускаемые в настоящее время, но и перспективные, создание которых необходимо для обеспечения введения государственного стандарта общего образования.

В Перечне представлены не конкретные названия, а прежде всего общая номенклатура объектов и средств материально-технического обеспечения, что объясняется особенностью современного этапа развития сектора, обеспечивающего материальные потребности школы, а также существенными изменениями, которым должны подвергнуться учебно-методические пособия в связи с введением государственного образовательного стандарта. Кроме того, в школьную практику преподавания постепенно вводятся новые носители информации, в том числе мультимедийные, что также потребует пересмотра сложившейся системы материально-технического обеспечения учебного процесса.

В описании приводятся рекомендованные технические характеристики средств информационных и коммуникационных технологий. Это вызвано их быстрым развитием на современном этапе, а также снижением стоимости на фоне повышения

стоимости традиционного учебного оборудования. Значительная часть учебных материалов, входящих в данный Перечень, в том числе тексты, комплекты иллюстраций, схемы, таблицы, диаграммы, могут быть представлены не на полиграфических, а на цифровых (электронных) носителях. Использование цифровых образовательных ресурсов повышает эффективность учебных материалов прежде всего за счет использования интерактивности и возможностей деятельностного подхода. Широкое использование цифровых ресурсов позволяет снизить стоимость затрат на размножение и доставку за счет низкой стоимости копирования и использования Интернет для распространения.

Количество учебного оборудования приводится в требованиях в расчете на один учебный кабинет. При этом использование значительной части указанных технических средств связано с решением не только внутрипредметных, но и общеучебных задач. Конкретное количество указанных средств и объектов материально-технического обеспечения учитывает средний расчет наполняемости класса (25 учащихся).

Для отражения количественных показателей в рекомендациях используется следующая система символических обозначений:

⇨ Д — демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

⇨ К — полный комплект (исходя из реальной наполняемости класса);

⇨ Ф — комплект для фронтальной работы (примерно в два раза меньше, чем полный комплект, то есть не менее 1 экз. на двух учащихся);

⇨ П — комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих по несколько учащихся (6—7 экз.).

Выбор помещения, его рациональная планировка определяются санитарно-эпидемиологическими нормами (СанПиН 2.4.2. 178-02).

Департамент государственной политики в образовании рекомендует использовать данный Перечень при решении вопросов оснащения общеобразовательных учреждений, а также для расчета нормативов финансирования обучающихся.

Директор *И. И. Калина*

**Оборудование кабинета  
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Необходимое количество			Примечания
		основная школа	старшая школа		
			базовый уровень	профильный уровень	
1	2	3	4	5	6
1. Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)					
1.1	Стандарт основного общего образования по ОБЖ	Д			Стандарт по ОБЖ, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета ОБЖ
1.2	Стандарт среднего (полного) общего образования по ОБЖ (базовый уровень)		Д		
1.3	Стандарт среднего (полного) общего образования по ОБЖ (профильный уровень)			Д	
1.4	Примерная программа основного общего образования по ОБЖ	Д			
1.5	Примерная программа среднего (полного) общего образования на базовом уровне по ОБЖ		Д		
1.6	Примерная программа среднего (полного) общего образования на профильном уровне по ОБЖ			Д	
1.7	Авторские рабочие программы по ОБЖ	Д	Д	Д	

Продолжение табл.

1	2	3	4	5	6
1.8	Учебник по ОБЖ для 8 класса	К			В библиотечный фонд входят комплекты учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в учебном процессе. При комплектации библиотечного фонда полными комплектами учебников целесообразно включить в состав книгопечатной продукции, имеющейся в кабинете ОБЖ, и по несколько экземпляров учебников из других УМК по каждому курсу ОБЖ. Эти учебники могут быть использованы учащимися для выполнения практических работ, а учителем – как часть методического обеспечения кабинета
1.9	Учебник по ОБЖ для 10 класса (базовый уровень)		К		
1.10	Учебник по ОБЖ для 10 класса (профильный уровень)			К	
1.11	Учебник по ОБЖ для 11 класса (профильный уровень)			К	
1.12	Учебник «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» для обучающихся-девушек 10–11 классов		К		
1.13	Учебник «Основы педагогики и психологии» для 10–11 классов (профильный уровень)			К	
1.14	Общевоинские уставы Вооруженных сил Российской Федерации			К	
1.15	Наставление по стрелковому делу: основы стрельбы из стрелкового оружия			К	
1.16	Наставление по стрелковому делу: 7,62-мм модернизированный автомат Калашникова			К	
1.17	Закон Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе»		К	К	

Продолжение табл.

1	2	3	4	5	6
1.18	Закон Российской Федерации «О гражданской обороне»		К	К	
1.19	Закон Российской Федерации «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»		К	К	
1.20	Закон Российской Федерации «О пожарной безопасности»		К	К	
1.21	Дидактические материалы по основным разделам ОБЖ	Ф	Ф	Ф	Сборники разноуровневых познавательных и развивающих заданий, обеспечивающих усвоение знаний по ОБЖ как на репродуктивном, так и на продуктивном уровнях
1.22	Контрольно-измерительные материалы по основным разделам ОБЖ	Ф	Ф	Ф	Сборники заданий (в том числе тестовых), обеспечивающих диагностику и контроль качества обучения в соответствии с требованиями к уровню подготовки выпускников, закрепленными в стандарте
1.23	Хрестоматия по ОБЖ	К			
1.24	Практикумы по ОБЖ	Ф/П	Ф/П	Ф/П	
1.25	Научная, научно-популярная литература		П	П	Литература для подготовки докладов и сообщений; научные,

Продолжение табл.

1	2	3	4	5	6
					научно-популярные и художественные издания, необходимые для подготовки докладов, сообщений, рефератов и творческих работ
1.26	Справочные пособия (энциклопедии и энциклопедические словари)	П	П	П	
1.27	Методические пособия для учителя (рекомендации к проведению уроков)	Д	Д	Д	
2. Печатные пособия					
2.1	Организационная структура Вооруженных сил Российской Федерации		Д	Д	
2.2	Ордена России		Д	Д	
2.3	Текст Военной присяги		Д	Д	
2.5	Воинские звания и знаки различия		Ф	Ф	
2.6	Военная форма одежды		Ф	Ф	
2.7	Мероприятия обязательной подготовки граждан к военной службе		Д	Д	
2.8	Военно-прикладные виды спорта		Д	Д	
2.9	Военно-учетные специальности РОСТО		Д	Д	
2.10	Военно-учебные заведения Вооруженных сил Российской Федерации		Д	Д	
2.11	Мероприятия, проводимые при первоначальной постановке на воинский учет		Д	Д	

Продолжение табл.

1	2	3	4	5	6
2.12	Нормативы по прикладной физической подготовке		Д	Д	
2.13	Нормативы по радиационной, химической и биологической разведке			Д	
2.14	Устройство 7,62-мм (или 5,45-мм) автомата Калашникова			Д	
2.15	Устройство 5,6-мм малокалиберной винтовки			Д	
2.16	Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия			Д	
2.17	Приемы и правила метания ручных гранат			Д	
2.18	Мины Российской армии			Д	
2.19	Фортификационные сооружения (окопы, траншеи, щели, ниши, блиндажи, укрытия, минно-взрывные заграждения)			Д	
2.20	Индивидуальные средства защиты	Д	Д	Д	
2.21	Приборы радиационной разведки		Д	Д	
2.22	Приборы химической разведки		Д	Д	
2.23	Организация и несение внутренней службы		Д	Д	
2.24	Строевая подготовка			Д	
2.25	Оказание первой медицинской помощи	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	

Продолжение табл.

1	2	3	4	5	6
2.26	Гражданская оборона				
2.27	Диаграммы и графики	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	
3. Цифровые образовательные ресурсы					
3.1	Цифровые компоненты учебно-методического комплекса по основным разделам курса ОБЖ	Д/П	Д/П	Д/П	Цифровые компоненты учебно-методического комплекса могут быть ориентированы на систему дистанционного обучения, различные формы учебной деятельности (в том числе игровую), носить проблемно-тематический характер и обеспечивать дополнительные условия для изучения отдельных предметных тем и разделов стандарта. В любом случае эти пособия должны предоставлять техническую возможность построения системы текущего и итогового контроля уровня подготовки учащихся (в т. ч. в форме тестового контроля)
3.2	Коллекция цифровых образовательных ресурсов по тематике курса ОБЖ	Д/П	Д/П	Д/П	Коллекция образовательных ресурсов включает комплекс информационно-справочных материалов, объединенных единой системой навигации и ориентированных на различные формы познавательной дея-

Продолжение табл.

1	2	3	4	5	6
					<p>тельности, в т. ч. исследовательскую проектную работу. В состав коллекции могут входить тематические базы данных, фрагменты исторических источников и текстов из научных и научно-популярных изданий, фотографии, анимация, таблицы, схемы, диаграммы и графики, иллюстративные материалы, аудио- и видеоматериалы, ссылки на внешние источники. Коллекция образовательных ресурсов может размещаться на CD или создаваться в сетевом варианте (в т. ч. на базе образовательного учреждения)</p>
3.3	<p>Задачник для создания тематических и итоговых разноуровневых тренировочных и проверочных материалов для организации фронтальной и индивидуальной работы</p>	Д/П	Д/П	Д/П	<p>Цифровой компонент учебно-методического комплекса, включающий обновляемый набор заданий по тематике курса ОБЖ, а также системы комплектования тематических и итоговых работ с учетом вариативности, уровня усвоения знаний и особенностей индивидуальной образовательной траектории учащихся</p>

Продолжение табл.

1	2	3	4	5	6
3.4	Общепользовательские цифровые инструменты учебной деятельности	Д/П	Д/П	Д/П	К общепользовательским цифровым инструментам учебной деятельности, используемым в курсе ОБЖ, относятся, в частности, текстовый редактор, редактор создания презентаций
4. Экранно-звуковые пособия					
4.1	Видеофильмы по разделам курса ОБЖ	Д	Д	Д	Видеофильмы, аудиозаписи и фонохрестоматии, слайды могут быть в цифровом (компьютерном) виде
4.2	Аудиозаписи и фонохрестоматии по всеобщей истории и истории России	Д	Д	Д	
4.3	Слайды (диапозитивы) по тематике курса ОБЖ	Д	Д	Д	
5. Технические средства обучения (средства ИКТ)					
5.1	Мультимедийный компьютер	Д	Д	П	Основные технические требования: графическая операционная система, привод для чтения/записи компакт-дисков, аудио-видеовходы/выходы, возможность выхода в Интернет; оснащен акустическими колонками, микрофоном и наушниками; в комплект входит пакет прикладных программ (текстовых, табличных, графических и презентационных)
5.2	Сканер с приставкой для сканирования слайдов	Д	Д	Д	Могут входить в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения

Продолжение табл.

1	2	3	4	5	6
5.3	Принтер лазерный	Д	Д	Д	
5.4	Цифровая видеокамера	Д	Д	Д	
5.5	Цифровая фотокамера	Д	Д	Д	
5.6	Слайд-проектор	Д	Д	Д	
5.7	Мультимедиа-проектор	Д	Д	Д	
5.8	Стол для проектора	Д	Д	Д	
5.9	Экран (на штативе или навесной)	Д	Д	Д	Минимальные размеры 1,5 × 1,5 м
6. Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование					
6.1	Штатив для карт и таблиц	Д	Д	Д	
6.2	Укладки для аудиовизуальных средств (слайдов, кассет и др.)	Д	Д	Д	
6.3	Войсковой прибор химической разведки (ВПХР)			Д	
6.4	Бытовой дозиметр	Д	Д	Д	
6.5	Компас	Д	Д	Д	
6.6	Визирная линейка		Д	Д	
6.7	Транспортир		Д	Д	
6.8	Бинт марлевый 10 × 15	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	
6.9	Вата гигроскопическая нестерильная (пачка по 50 г)	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	
6.10	Вата компрессная (пачка по 50 г)	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	
6.11	Воронка стеклянная				
6.12	Грелка				

Продолжение табл.

1	2	3	4	5	6
6.13	Жгут кровоостанавливающий резиновый	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	
6.14	Индивидуальный перевязочный пакет	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	
6.15	Косынка перевязочная	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	
6.16	Клеенка компрессная	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	
6.17	Клеенка подкладочная	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	
6.18	Ножницы для перевязочного материала (прямые)	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	
6.19	Повязка малая стерильная	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	
6.20	Повязка большая стерильная	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	
6.21	Шприц-тюбик одноразового пользования	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	
6.22	Шинный материал (плотные куски картона, рейки и т. п.) длиной от 0,7 до 1,5 м	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	
6.23	Противогаз	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	
6.24	Общезащитный комплект		Д	Д/Ф	
6.25	Респиратор	Д/Ф	Д/Ф	Д/Ф	
6.26	Аптечка индивидуальная (АИ-2)		Д/Ф	Д/Ф	
6.27	Противохимический пакет		Д/Ф	Д/Ф	
6.28	Носилки санитарные	Д	Д	Д	
6.29	Противопыльные тканевые маски	Д	Д	Д	

*Окончание табл.*

1	2	3	4	5	6
6.30	Ватно-марлевая повязка	Д	Д	Д	
7. Модели					
7.1	Макет простейшего укрытия в разрезе	Д	Д	Д	
7.2	Макет убежища в разрезе		Д	Д	
7.3	Тренажер для оказания первой помощи	Д	Д	Д	

## ПЕРСПЕКТИВЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РАБОТЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

---

### ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ОБЖ

**З**абота о здоровье участников учебно-воспитательного процесса стала жизненной необходимостью и признана приоритетной задачей в деятельности образовательных учреждений. Однако реальных успехов в сохранении здоровья учащихся и педагогов добиться пока еще не удастся. Очевидно, эффективность деятельности здравьесохранительных служб недостаточна и развитие ситуации выходит из-под их контроля. Сложность самого понятия «состояние здоровья», обилие разнообразных факторов, негативно воздействующих на людей, и отсутствие надежной экспертизы предлагаемых оздоровительных методов вызывают растерянность и порождают извечный вопрос «Что делать?» не только у учителей и учеников, но и у медицинских работников и служащих административной сферы. В сложившихся условиях наиболее подходящим девизом социально успешной личности могут быть слова «помоги себе сам», а задачей школы — формирование у учащихся необходимого уровня знаний, умений и навыков для сохранения здоровья, защиты от негативных воздействий, обеспечения личной безопасности при любых обстоятельствах. В этой ситуации следует признать большое

значение курса ОБЖ и необходимость его для подготовки молодежи к самостоятельной жизни. Концепция школьного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» направлена в первую очередь именно на «решение задачи подготовки граждан к безопасному поведению в новой повседневной жизни, к рациональным действиям в постоянно возникающих новых опасных и чрезвычайных ситуациях». Преподаватели-организаторы и учителя ОБЖ, однако, еще не в полной мере осознали и приняли свою роль в формировании здорового образа жизни (ЗОЖ) участников педагогического процесса и свою ответственность за состояние здоровья молодежи.

Деятельность преподавателя ОБЖ не должна дублировать или подменять собой работу медицинской службы образовательного учреждения. Так, в преподавании основ первой помощи пострадавшим в ЧС и при острых заболеваниях преподаватель ОБЖ обязан в первую очередь обучить учащихся алгоритмам неотложных действий, рациональному использованию доступных средств и привлечению специализированных структур — служб МЧС, скорой медицинской помощи. При этом технология непосредственной помощи ограничивается простейшими, неотложными и необходимыми мероприятиями. Преподаватель ОБЖ не должен учить тому, в чем сам не вполне компетентен — диагностическим и лечебным действиям. Тот, кто оказывает первую помощь, должен знать, что ему под силу немного и он должен без промедления вызвать квалифицированную медицинскую помощь. Однако именно это «немного» нередко определяет судьбу пострадавшего.

Преподаватель-организатор и учитель ОБЖ не обязан иметь медицинское образование и не имеет права заниматься какой-либо лечебной практикой, а также обучать учащихся медицинским технологиям. Задача предмета не в подготовке фельдшеров и санитарных инструкторов, а в подготовке учащихся к безопасной повседневной жизни и рациональному поведению в экстремальных и чрезвычайных ситуациях. Раздел «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» в курсе ОБЖ в основном ограничивается технологией оказания первой помощи и реальными, надежными рекомендациями по организации ЗОЖ. Такой объем знаний и навыков необходим для каждого культурного человека. Преподаватель ОБЖ обязан владеть им вполне и должен обучать именно этому своих учеников.

Одной из центральных проблем в организации неотложной помощи в современных условиях является умение своевременно пользоваться услугами системы здравоохранения.

## ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ НАСЕЛЕНИЮ

**П**рава и обязанности населения России в области охраны здоровья регламентируются в первую очередь законом «Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан».

В соответствии с Конституцией Российской Федерации, общепризнанными принципами и нормами международного права, международными договорами Российской Федерации настоящие «Основы» рассматривают охрану здоровья граждан как неотъемлемое условие жизни общества, подтверждают ответственность государства за сохранение и укрепление здоровья граждан Российской Федерации, а также закрепляют для совершенствования правового регулирования приоритет прав и свобод человека и гражданина в области охраны здоровья, устанавливают правовые, организационные и экономические принципы в области охраны здоровья граждан (в ред. Федерального закона от 22.08.2004 г. № 122-ФЗ) \*.

Закон провозглашает: «Охрана здоровья граждан — это совокупность мер политического, экономического, правового, социального, культурного, научного, медицинского, санитарно-гигиенического и противоэпидемического характера, направленных на сохранение и укрепление физического и психического здоровья каждого человека, поддержание его долголетней активной жизни, предоставление ему медицинской помощи в случае утраты здоровья».

А статья 41 Конституции РФ гласит: «Каждый имеет право на охрану здоровья и медицинскую помощь».

Приводим также названия некоторых статей «Основ законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан».

\*

Полный текст нормативных документов можно найти на сайте Правительства РФ или получить на компакт-диске «Учебно-методические материалы для преподавателя ОБЖ».

- Статья 24. Права несовершеннолетних.
- Статья 30. Права пациента.
- Статья 31. Права граждан на информацию о состоянии здоровья.
- Статья 32. Согласие на медицинское вмешательство.
- Статья 33. Отказ от медицинского вмешательства.
- Статья 34. Оказание медицинской помощи без согласия граждан.
- Статья 39. Скорая медицинская помощь.
- Федеральный закон, принятый Государственной Думой 13 ноября 2009 года, вносит следующую поправку в статью 39: «Первая помощь оказывается гражданам Российской Федерации и иным лицам, находящимся на ее территории, до оказания медицинской помощи при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях и заболеваниях, угрожающих их жизни и здоровью, лицами, обязанными ее оказывать по закону или по специальному правилу и имеющими соответствующую подготовку (сотрудниками органов внутренних дел Российской Федерации, сотрудниками, военнослужащими и работниками Государственной противопожарной службы, спасателями аварийно-спасательных формирований и аварийно-спасательных служб, водителями транспортных средств и другими лицами)».
- Дополнительно Приказ Минздравсоцразвития РФ от 17.05.2010 г. № 353-н «О первой помощи» приводит Перечень мероприятий по оказанию первой помощи.
- Статья 45. Запрещение эвтаназии.
- Статья 46. Определение момента смерти человека.
- Статья 54. Право на занятие медицинской или фармацевтической деятельностью.
- Статья 61. Врачебная тайна.
- Статья 64. Оплата труда и компенсации.
- Статья 66. Основания возмещения вреда, причиненного здоровью граждан.
- Статья 68. Ответственность медицинских и фармацевтических работников за нарушение прав граждан в области охраны здоровья.
- Ответственность за причинение вреда здоровью окружающих предусмотрена также Уголовным кодексом, в частности главой 16 «Преступления против жизни и здоровья»:
- Статья 109. Причинение смерти по неосторожности.
- Статья 111. Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью.

Статья 112. Умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью.

Статья 112. Умышленное причинение легкого вреда здоровью.

Статья 118. Причинение тяжкого или средней тяжести вреда здоровью по неосторожности.

Статья 124. Неоказание помощи больному.

1. Неоказание помощи больному без уважительных причин лицом, обязанным ее оказывать в соответствии с законом или со специальным правилом, если это повлекло по неосторожности причинение средней тяжести вреда здоровью больного, — наказывается штрафом в размере до сорока тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех месяцев, либо исправительными работами на срок до одного года, либо арестом на срок от двух до четырех месяцев.

2. То же деяние, если оно повлекло по неосторожности смерть больного либо причинение тяжкого вреда его здоровью, — наказывается лишением свободы на срок до трех лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет или без такового.

Статья 125. Оставление в опасности.

Заведомое оставление без помощи лица, находящегося в опасном для жизни или здоровья состоянии и лишенного возможности принять меры к самосохранению по малолетству, старости, болезни или вследствие своей беспомощности, в случаях, если виновный имел возможность оказать помощь этому лицу и был обязан иметь о нем заботу либо сам поставил его в опасное для жизни или здоровья состояние, — наказывается штрафом в размере до восьмидесяти тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до шести месяцев, либо обязательными работами на срок от ста двадцати до ста восьмидесяти часов, либо исправительными работами на срок до одного года, либо арестом на срок до трех месяцев, либо лишением свободы на срок до одного года.

Статья 128. Незаконное помещение в психиатрический стационар.

Статья 292. Служебный подлог.

Статья 293. Халатность.

Действия педагога ограничиваются, как правило, оказанием первой, неотложной помощи в порядке само- и взаимопомощи. Педагог не должен заниматься лечением пострадавших,

брать на себя ответственность за диагноз и проведенное лечение. Но за отказ от оказания неотложной помощи, за оставление человека в опасности каждый гражданин несет свою долю ответственности. И каждый из нас вправе надеяться на то, что ему такую помощь окажут, поскольку каждый человек получает еще в школе необходимые для этого знания и умения.

### Законодательные основы охраны здоровья граждан России

Причиной неопределенности, путаницы в реализации прав пациента является переход оказания существенной части медицинской помощи на возмездную основу и, как следствие этого, придание медицинской помощи черт и свойств медицинской услуги, преобразование статуса пациента в статус потребителя, что существенно меняет объем его прав и полномочий.

Приводим некоторые комментарии к приведенным нормативным документам.

Статья 30 «Основ законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан» устанавливает права пациента:

- ↪ на уважительное, гуманное отношение со стороны медицинского и обслуживающего персонала;
- ↪ выбор врача, в том числе семейного и лечащего врача, с учетом его согласия, а также выбор лечебно-профилактического учреждения в соответствии с договорами обязательного и добровольного медицинского страхования;
- ↪ обследование, лечение и содержание в условиях, соответствующих санитарно-гигиеническим требованиям;
- ↪ проведение по его просьбе консилиума и консультаций других специалистов;
- ↪ облегчение боли, связанной с заболеванием и (или) медицинским вмешательством, доступными способами и средствами;
- ↪ сохранение в тайне информации о факте обращения за медицинской помощью, о состоянии здоровья, диагнозе и иных сведений, полученных при его обследовании и лечении;
- ↪ информированное добровольное согласие на медицинское вмешательство;
- ↪ отказ от медицинского вмешательства;
- ↪ получение в доступной форме информации о своих правах и обязанностях и состоянии своего здоровья, включая све-

дения о результатах обследования, наличии заболевания, его диагнозе и прогнозе, методах лечения, связанном с ними риске, возможных вариантах медицинского вмешательства, их последствиях и результатах проведенного лечения, а также на выбор лиц, которым в интересах пациента может быть передана информация о состоянии его здоровья;

↪ получение медицинских и иных услуг в рамках программ добровольного медицинского страхования;

↪ возмещение ущерба в случае причинения вреда здоровью при оказании медицинской помощи;

↪ допуск к пациенту адвоката или иного законного представителя для защиты его прав;

↪ допуск к нему священнослужителя.

В случаях когда медицинская помощь оказывается пациенту на возмездной основе, пациент, помимо указанных и гарантированных Основами прав, приобретает еще и обширный перечень прав, гарантированных законодательством о защите прав потребителей, а медицинская помощь приобретает характер медицинской услуги.

Согласно преамбуле Закона РФ «О защите прав потребителей», потребителем услуги является гражданин, имеющий намерение заказать или приобрести либо заказывающий, приобретающий или использующий услугу для личных нужд, не связанных с осуществлением предпринимательской деятельности. В сфере обращения медицинских услуг каждый гражданин, приобретающий услуги, является потребителем, поскольку ясно, что медицинская услуга может приобретаться и приобретается только и исключительно для личных нужд гражданина.

Как потребитель медицинской услуги пациент обладает следующими правами:

↪ на безопасность услуги; при этом безопасной медицинская услуга признается при отсутствии недопустимого риска, не оправданного нуждами состояния здоровья пациента и соответствующими им потребностями медицинского воздействия (медицинские услуги должны включать возможность допустимого вмешательства в состояние здоровья пациента ради устранения или приостановления имеющегося заболевания, предотвращения большего вреда от заболевания, а также включать вероятность проявления сопутствующих, побочных свойств медицинского воздействия (осложнений), специально оговоренных в договоре на возмездное оказание медицинских услуг);

↪ информацию об исполнителе услуги и самой услуге (статьи 8—10 Закона), при этом пациент вправе не обладать специальными познаниями о свойствах и характеристиках услуг;

↪ соблюдение исполнителем услуги сроков оказания медицинских услуг, в том числе на своевременность медицинских услуг, исходя из их специфики (статья 27 Закона);

↪ соблюдение качества оказываемых услуг при соразмерности предпринятых в условиях обоснованного риска усилий тяжести патологического процесса (заболевания), а также на отсутствие недостатков оказанных медицинских услуг (Закон отдельно регулирует вопросы, связанные со сроками и порядком обнаружения недостатков оказанных услуг, что особенно актуально в тех случаях, когда пациент, одновременно с оказанием ему медицинской услуги, приобретает еще и определенную работу медицинского характера (например, при оказании ему ортопедических услуг в стоматологии)) (статья 4 Закона);

↪ информацию об обстоятельствах, которые могут повлиять на качество оказываемой услуги (статья 36 Закона);

↪ выбор и использование санкций за неисполнение или ненадлежащее исполнение обязательств по договору, а именно — безвозмездного устранения недостатков, соразмерного уменьшения цены за услугу, возмещение понесенных расходов по устранению недостатков своими силами или третьими лицами, расторжения договора и полного возмещения убытков.

**Пациент несет ответственность:**

↪ за предоставление медицинскому работнику полной, достоверной анамнестической информации, необходимой для правильного выбора медицинского вмешательства и прогнозирования его результатов;

↪ осознанное, автономное, самостоятельное согласие с квалифицированным выбором медицинских работников наиболее эффективного и наименее рискованного для пациента медицинского вмешательства;

↪ неукоснительное выполнение назначений и рекомендаций медицинских работников.

**Медицинский работник принимает на себя ответственность:**

↪ за подбор и предоставление объективной детальной информации о целесообразности предлагаемого конкретного вмешательства либо лечения, его эффективности и степени вероятности осложнений и других последствий;

↪ научно обоснованное, компетентное профессиональное решение по выбору медицинского вмешательства либо лечения, оптимального для данного пациента, с учетом его индивидуальных особенностей и возможностей конкретного медицинского учреждения;

↪ добросовестное выполнение своих профессиональных обязанностей;

↪ квалифицированное, скрупулезное выполнение медицинского вмешательства и предусмотренной программы лечения, направленной на достижение наилучшего результата;

↪ неукоснительное соблюдение принципа приоритетности интересов пациента при решении вопросов о необходимой коррекции медицинского вмешательства и принятие на себя обязанностей защитника интересов пациента на протяжении всего периода оказания медицинской помощи.

Независимо от степени ответственности субъектов медико-правовых взаимоотношений необходимо помнить: законное право на принятие решения по поводу необходимости и возможности выполнения предлагаемого медицинского вмешательства принадлежит исключительно пациенту.

Пациент-потребитель, полагаящий, что при оказании ему медицинской услуги нарушены его права и законные интересы, может обратиться к администрации лечебно-профилактического учреждения (ЛПУ), медицинской клиники, фирмы, центра и т. п., оказавших ему услугу, с претензией, в которой может изложить основания претензии и пути выхода из конфликтной ситуации (возмещение ему затрат, оказание бесплатных услуг и т. д.). Отсутствие претензии, несоблюдение претензионного порядка и направление искового заявления непосредственно в федеральный суд не являются препятствием для рассмотрения спора по существу сразу в судебном порядке.

Более подробную информацию по данным вопросам можно получить:

*Ушаков Е. В.* Права и гарантии в системе медицинской помощи. — М.: ТК Велби, КноРус, 2006. — 200 с.

Права пациента / авт. В. В. Власов; В. Р. Гриценгер (отв. ред.), И. А. Зайцева, И. А. Захаров, Н. В. Косолапова, Е. М. Кунявский, В. В. Матвиенко, А. А. Поддубный, А. Д. Трубецков, И. В. Новокрещенов, И. Г. Новокрещенова, Д. А. Тимофеев. (Электронную копию документа можно получить на кафедре теории и методики физического воспитания и основ безопасности жизнедеятельности ГОУ ДПО НИРО).

### Частная медицина

Частная медицинская практика (ЧМП) — это оказание медицинских услуг вне ЛПУ государственной и муниципальной систем здравоохранения за счет личных средств граждан или за счет средств предприятий, учреждений и организаций, в том числе страховых медицинских организаций, в соответствии с заключенными договорами.

Право на занятие ЧМП имеют лица, получившие диплом о высшем или среднем медицинском образовании, сертификат специалиста и лицензию на избранный вид деятельности. Разрешение (лицензия) на занятие ЧМП выдается местной администрацией и действует на подведомственной ей территории.

Контроль над качеством оказания медицинской помощи в ЧМП осуществляют профессиональные медицинские ассоциации и местная администрация. Запретить ЧМП может орган, выдавший разрешение на занятие ею, или суд в случае несоответствия осуществляемой медицинской деятельности стандартам качества помощи или совершения профессиональных правонарушений.

**Народная медицина** — это методы оздоровления, профилактики, диагностики и лечения, основанные на опыте поколений людей, утвердившиеся в народных традициях и не зарегистрированные Министерством здравоохранения РФ как общепризнанные и общепринятые (научные). Правом на занятие народной медициной обладают граждане РФ, получившие диплом целителя, выдаваемый управлениями (министерствами) здравоохранения областей и республик в составе РФ. Диплом целителя дает право на целительство на территории, подведомственной органу, выдавшему диплом, и в порядке, устанавливаемом местной администрацией. Приказ МЗ разрешает давать лицензии, то есть право на частную практику, только целителям, имеющим медицинское образование и сертификат специалиста, выданный медицинской сертификационной комиссией. Фактически к целительству относится и применение новых методов, предлагаемых новыми целителями, вроде «коррекции биополя» или уфотерапии. МЗ в интересах безопасности пациентов ограничивает собственно народное целительство и разрешает целительство врачами и медсестрами.

Использование методов народной медицины в ЛПУ допускается по решению руководителей данных учреждений.

Проведение сеансов массового целительства, в том числе с использованием средств массовой информации, запрещается. Ответственность за это несут как целитель, так и владелец зала (газеты), предоставивший его для незаконного сеанса.

Каждый человек имеет неотъемлемое право по своему усмотрению (самостоятельно!) распоряжаться своей жизнью и здоровьем. И никто — ни врач, ни медицинское учреждение, ни милиция — не могут принуждать его к обследованию или лечению. Любой обман, запугивание, угроза выписки из стационара, отказ в выдаче «больничного», принуждение к определенному виду лечения, к лечению в стационаре и другие возможные виды принуждения к действиям, которых пациент не желает, являются нарушением закона и профессиональных медицинских правил.

Закон признает за каждым гражданином как независимым человеком, обладающим всей полнотой прав, принимать решения относительно себя (в той степени, в какой это не вредит другим), право получать любую информацию о своем здоровье и обо всем, что может влиять на здоровье. Предоставление неполной информации должно рассматриваться как обман, поскольку вынуждает пациента принимать то решение, к какому его подталкивает врач своей избирательной, тенденциозной информацией.

Ограничения налагаются только на получение информации о других лицах (например, о человеке — источнике заражения). Предусмотрено, что пациент имеет право не просто получить всю необходимую информацию со стороны врача, но и ознакомиться с результатами обследования, получить любые выписки и копии документов. Эту информацию пациент может использовать для получения консультаций у других специалистов. Важно иметь в виду, что врачи обязаны информировать своего пациента, но у пациента нет права требовать от них, чтобы они принимали решение за него.

К врачебной тайне относятся информация о факте обращения за медицинской помощью, состоянии здоровья пациента, диагнозе (названии) его заболевания, средствах и методах лечения, возможном прогнозе заболевания, а также иные сведения, полученные при обследовании и лечении пациента. Разглашение сведений, составляющих врачебную тайну, лицами,

которым они стали известны при обучении, исполнении профессиональных, служебных и иных обязанностей, запрещено.

С согласия гражданина или его законного представителя допускается передача сведений, составляющих врачебную тайну, другим гражданам и прежде всего должностным лицам в интересах обследования и лечения, для проведения научных исследований, использования этих сведений в учебном процессе и в иных целях. Без разрешения пациента (или его представителя) передача сведений о нем незаконна и считается разглашением врачебной тайны.

В редких, предусмотренных законом, случаях допускается передача сведений, составляющих врачебную тайну, без согласия гражданина или его законного представителя:

⇨ в целях обследования и лечения гражданина, не способного из-за своего состояния выразить свою волю (то есть находящегося в бессознательном, опасном для жизни и здоровья состоянии, и в ситуации, когда законный его представитель недоступен);

⇨ при угрозе распространения инфекционных заболеваний, массовых отравлений и поражений;

⇨ по запросу органов дознания и следствия, прокурора и суда в связи с проведением расследования или судебным разбирательством (ситуации, когда пациент является участником уголовного или гражданского процесса); в подобных случаях информация, содержащая врачебную тайну, предоставляется только при наличии надлежащим образом оформленного официального запроса (постановления суда, следователя, прокурора, дознавателя) и только в отношении лиц, официально привлеченных в качестве обвиняемого, подозреваемого, свидетеля или пострадавшего; важно, что врачи не обязаны по закону и по профессиональным правилам сообщать о своих пациентах что-либо, кроме информации о состоянии здоровья, содержащейся в истории болезни;

⇨ в случае оказания помощи ребенку в возрасте до 15 лет для информирования его родителей или законных представителей;

⇨ при наличии оснований полагать, что вред здоровью гражданина причинен в результате противоправных действий (например, пациент является жертвой преступления), информация передается медицинским учреждением в милицию.

Врачи обязаны, в соответствии с профессиональными правилами, сообщить пациенту о том, что врачебная тайна раскрыта по требованию следствия или по иным перечисленным причинам.

Для лечения больных в Российской Федерации могут применяться только разрешенные лекарства (лекарственные средства — ЛС). Их производство и продажа разрешаются законом только предприятиям, имеющим соответствующие лицензии. Поэтому врач, предлагающий пациенту купить ЛС, нарушает закон.

Продаваемые ЛС на внутренней и внешней упаковках должны иметь хорошо читаемые указания на русском языке:

- ↪ название средства и международное непатентованное название;
- ↪ название предприятия — производителя лекарственных средств;
- ↪ номер серии и дата изготовления;
- ↪ способ применения;
- ↪ доза и количество доз в упаковке;
- ↪ срок годности;
- ↪ условия отпуска;
- ↪ условия хранения;
- ↪ меры предосторожности при применении лекарственных средств.

ЛС должны поступать в обращение только с инструкцией по применению лекарственного средства, содержащей следующие данные на русском языке:

- ↪ название и юридический адрес предприятия-производителя;
- ↪ название ЛС и международное непатентованное название;
- ↪ сведения о компонентах, входящих в состав ЛС;
- ↪ область применения;
- ↪ противопоказания к применению;
- ↪ побочные действия;
- ↪ взаимодействие с другими ЛС;
- ↪ дозировки и способ применения;
- ↪ срок годности;
- ↪ указание, что ЛС по истечении срока годности не должно применяться;

↪ указание, что ЛС следует хранить в местах, не доступных для детей;

↪ условия отпуска (свободно, по рецепту).

Срочная медицинская помощь в РФ при тяжелом заболевании или травме должна оказываться бесплатно за счет бюджета и всем лицам независимо от гражданства и наличия страховки. Следует иметь в виду, что когда больной уже находится в карете «скорой помощи», при условии, что врачи «скорой» уже сделали самое необходимое и угрозы гибели пациента или развития осложнения нет, нецелесообразно соглашаться на госпитализацию его в любую ближайшую (дежурную) больницу. Напротив, надо настаивать на доставке больного в специализированное отделение, где ему при его заболевании (травме) будет оказана самая лучшая помощь. Обычно врачам «скорой помощи» известно, где располагаются такие отделения, и они этого не скрывают; более того, они обязаны обеспечить доставку больного в такие специализированные отделения по его первому требованию, но не делают этого, упрощая себе работу или имея особые инструкции (например, в целях экономии бензина).

В описанной выше ситуации следует уточнить из других источников, если это возможно, где есть специализированные отделения (травматологические, токсикологические, кардиологические) с круглосуточным дежурством специалистов и обеспеченные необходимой аппаратурой. В такие отделения больного не могут не принять.

Необходимо иметь в виду, что до той поры, пока вопрос о госпитализации не решен, машина «скорой помощи» обязана ждать.

При вызове «скорой помощи» важно ориентироваться на следующие рекомендации.

#### **Как вызвать «скорую» с мобильного**

Если речь идет о звонках с мобильного телефона, двузначная комбинация 03 редко поддерживается оператором и телефонными аппаратами.

В России «скорую помощь» с мобильного можно вызвать:

МТС — набирать 030;

Билайн — 003 или 030;

Мегафон — 03-03-03.

В Украине и Беларуси «скорую» можно вызвать, используя номер 103.

Для других операторов это могут быть комбинации 003, 030, 033, 103\*.

В экстренных случаях надежно пользоваться номером для экстренных вызовов 112, который работает при отрицательном балансе счета и даже без sim-карты.

#### Общаемся с диспетчером

Оператор на линии обязательно спросит:

↪ имя, отчество, фамилию, пол, примерный или точный возраст человека, к которому вызывают «скорую»;

↪ что случилось (где болит; характер травм, если они есть; в сознании ли больной);

↪ адрес (улица, номер дома, подъезд, этаж, код, особенности подъездных путей);

↪ ваш телефон и фамилию, если «скорую» вызывает не сам пострадавший.

Даже если вы очень нервничаете, постарайтесь отвечать на все вопросы оператора максимально четко. От ответов на заданные вопросы зависит, какая именно бригада будет направлена к больному (реанимационная, кардиологическая, педиатрическая, обычная или фельдшерская — из числа свободных, конечно).

Не преуменьшайте и не преувеличивайте опасность. Например, «очень болит голова», «болит голова, была потеря сознания», «человек жаловался на головную боль, сейчас без сознания» — разные категории срочности вызова. Здесь, правда, возникает соблазн вызвать бригаду на угрожающее жизни состояние при его отсутствии. Рядовой обыватель даже представить себе не может, какое количество алкоголиков, наркоманов и просто легких больных обслуживает «скорая» по жалобе «боли в сердце», услышав которую она мчится как можно быстрее. А в это время без медицинской помощи остается кто-то с настоящим сердечным приступом...

#### Сколько ждать «скорую»?

В соответствии с приказом Минздравсоцразвития РФ «О порядке оказания скорой медицинской помощи» подстанции должны находиться в пределах 20-минутной транспортной доступности. Но не всегда «скорая» доберется до пациента за эти самые 20 минут. Реальное время ее прибытия к больному зависит от того, к скорым или неотложным случаям относится вызов, от наличия свободных бригад и, увы, от пробок на дорогах.

\*

По материалам: [www.medportal.ru](http://www.medportal.ru) (О. Сосницкая, 15.10.2008).

В Москве все вызовы делятся на четыре категории:

- ↳ состояния, напрямую угрожающие жизни, — на такой вызов машина должна приехать максимум через 20 минут;
- ↳ обострения хронических заболеваний — 30 минут;
- ↳ неотложные поликлинические вызовы — 1 час;
- ↳ несрочные перевозки между учреждениями.

В отсутствие свободных бригад сначала обслуживаются вызовы первой категории и вызовы к детям.

#### Что делать пока едет врач?

1. Выполняйте указания диспетчера или врача-консультанта.

Дистанционным лечением «скорая помощь» не занимается, но в ряде случаев счет ведется на минуты. Поэтому если вам сказали срочно повернуть пациента на бок, а не оставлять на спине, это действительно важно.

2. «Скорую» желательно встречать.

Наша нумерация домов не идеальна. Искать третий подъезд в пятом корпусе можно очень долго. Поэтому если вызов принят, следует сразу же выходить к месту встречи «скорой». Не можете встретить ее сами — привлекайте кого-либо из соседей.

3. Подготовить место и условия для работы врачей.

Если «скорую» вызвали на улицу — это одно, а вот в квартире стоит заранее приготовить стул для врача, место для ящика с инструментарием и медикаментами, чистое полотенце и тарелку для ампул. Звать же на осмотр всех, кто есть в доме, не нужно — достаточно одного-двух взрослых членов семьи, которые смогут выполнять указания врача.

И, пожалуйста, закрывайте в соседней комнате или на кухне животных. Каждый второй сотрудник «скорой» оказывался хотя бы раз во время исполнения своих рабочих обязанностей в роли жертвы, пострадавшей от «некусачих» домашних питомцев, не переносящих вида шприца.

4. Подготовьте вещи для больницы, чтобы не терять времени на сборы.

Самое необходимое: документы, страховой полис, тапочки, сменная одежда, чашка и ложка, зубная щетка и паста, мобильный телефон и зарядное устройство. А также деньги, как минимум на обратную дорогу, ведь «скорая» обратно никого не возит.

## Проблемы со «скорой»

**В а р и а н т 1.** У вас не принимают вызов.

Для начала нужно определиться, соответствует ли причина вызова тому, чем занимается «скорая». В компетенцию «скорой» входят все состояния, угрожающие жизни и здоровью человека. Это несчастные случаи; внезапные заболевания, угрожающие жизни больного (симптомы — судороги, кома, длительная потеря сознания, асфиксия, «острый живот», серьезные нарушения сердечно-сосудистой деятельности и т. д.); роды и любые нарушения течения беременности; детские заболевания; опасные для окружающих психические расстройства. И не важно, где находится больной: дома, на улице, в магазине или на работе.

Не принять вызов при вышеперечисленных ситуациях диспетчер не имеет права — неработающий лифт, даже если вы живете на 22-м этаже, и преклонный возраст больного не основания для отказа.

Если трубку положили, перезванивайте снова 03 (скорее всего, вы попадете к другому диспетчеру) или обращайтесь на «горячие» линии отделов здравоохранения, которые есть в большинстве крупных городов.

↪ «Горячая линия» Департамента здравоохранения Москвы (495) 251-14-55 в рабочее время и (495) 251-83-00 круглосуточно.

↪ В Санкт-Петербурге — дежурный врач Комитета здравоохранения СПб. (812) 571-09-06.

↪ В Нижнем Новгороде в нестандартных ситуациях следует обращаться в службу экстренной помощи МЧС по телефону «01» или с мобильного телефона по номеру 112

**В а р и а н т 2.** Машины все нет и нет.

Выходов здесь немного — звонить 03 и выяснять, почему задерживается «скорая», или ехать в лечебное учреждение самостоятельно, если позволяет состояние больного. Во втором случае нужно отменить вызов. А разбираться, виновата пробка или чья-то халатность, лучше тогда, когда угроза для жизни будет снята.

**В а р и а н т 3.** Конфликт с приехавшей на вызов бригадой.

В случае, если медицинская помощь кажется вам недостаточной, вам необоснованно отказывают в госпитализации или требуют денежное вознаграждение, звоните 03 (все звонки в диспетчерскую станций скорой и неотложной помощи записываются) или на соответствующие горячие линии.

Важно знать, что «скорая» не госпитализирует пациентов, диагноз которых ясен и дальнейший прогноз не вызывает опасений, —

тех, кому требуется амбулаторное лечение. Отказ же в госпитализации по возрасту при наличии показаний незаконен. Стоит, однако, знать, что тяжесть ухода за престарелым родственником после инсульта и т. п. показанием для госпитализации не является.

Имейте в виду, что страховой полис и даже удостоверение личности для «скорой» не требуются. И если такой вопрос возникает, то необходимо твердо напомнить об этом врачу экстренной помощи. Более того, для госпитализации по жизненным показаниям наличие страховки также не обязательно.

#### **«Скорая помощь» НЕ занимается**

- ↳ Поликлиническими вызовами (если больной сам может дойти до специалиста и получить назначения);
- ↳ обострениями хронических заболеваний (без прямой угрозы жизни и здоровью);
- ↳ в случае ухудшений у больного, который наблюдается участковым врачом.

Врачи «скорой помощи»:

- ↳ НЕ снимают похмельный синдром;
- ↳ НЕ проводят процедуры в рамках планового лечения;
- ↳ НЕ оказывают стоматологические услуги (исключение — сильное кровотечение после удаления зубов);
- ↳ НЕ выезжают для освидетельствования трупов, установления наркотического и алкогольного опьянения;
- ↳ НЕ выдают справки и больничные листы;
- ↳ НЕ назначают лечение.

#### **Платно или бесплатно?**

Практически в любом крупном городе можно вызвать не только государственную, но и платную «скорую». У коммерческих служб есть свои достоинства: новые, прекрасно оборудованные машины, широкий ассортимент медикаментов, предупредительные врачи и готовность выехать по первому вызову. Они поставят капельницу, снимут интоксикацию алкоголику и даже выслушают жалобы на жизнь, тогда как в «03» такие вызовы просто не примут.

Прейскурант зависит от региона и компании. Так, вызов платной «скорой» в Нижнем Новгороде будет стоить около 3500 рублей; в Москве в пределах МКАД — 3500—7000, за кольцевой — до 14 000 рублей. При этом отдельно оплачиваются лекарства, наценка за вызов кардиобригады или реаниматологов, спуск по лестнице на носилках (от 100 до 300 рублей за этаж), поездка в больницу и т. д. А в столице придется заплатить также и за информацию о наличии свободных мест в стационарах.

Правда, не всегда вызов коммерческой службы бывает оправданным: если вызов срочный, то государственная «скорая» придет быстрее просто из-за большего числа подстанций и бригад. А врачи платных «неотложек» — это бывшие или действующие сотрудники обычной «скорой», а не светила медицины, хотя, несомненно, материальная заинтересованность побуждает их быть вежливыми и любезными с клиентами. Кроме того, платные «скорые» обычно возят пациентов только в те больницы, с которыми у них заключены соглашения, и это необходимо уточнить при вызове бригады конкретной службы.

Необходимым предварительным условием медицинского вмешательства является добровольное согласие граждан. То есть медицинское вмешательство любого характера: диагностические мероприятия (анализы, рентген, эндоскопия и т. д.), лечение и тем более хирургическое вмешательство — ни при каких условиях не может быть выполнено без согласия пациента, достигшего 15-летнего возраста и способного дать такое согласие.

Согласие за недееспособного пациента дает его законный представитель. Согласие на медицинское вмешательство в отношении лиц до 15 лет дают их родители (опекуны).

При чрезвычайных ситуациях пострадавшие имеют право на получение бесплатной медицинской помощи, санаторного и восстановительного лечения, проведение гигиенических и противоэпидемических мероприятий для того, чтобы снизить опасность для их жизни и здоровья, которая всегда повышена в местах катастроф и стихийных бедствий. Обычно такая помощь предоставляется, к сожалению, не как должное, а в виде «дара» правительства и выплачивается в крайне ограниченных размерах и в растянутые сроки. Медицинская помощь в ситуациях катастроф, как правило, оказывается в уменьшенном объеме и с низким качеством в связи с большой нагрузкой на врачей и плохими условиями их работы.

**Больничный лист** — бытовое, разговорное название документа, носящего официальное имя «листок нетрудоспособности» (ЛН). В советское время ЛН был чуть ли не единственным документом, дающим основание для отсутствия на работе. Сегодня законодательство дает человеку право в покое провести до трех дней дома и без посещения врача (до трех дней за год, по личному заявлению, без медицинского документа, удостоверяющего заболевание).

В значительной части случаев, в особенности при быстро проходящих простудных заболеваниях, если вы работаете в частном предприятии, возможно отсутствие на работе «по договоренности с администрацией». Эта договоренность может быть оформлена вашим заявлением и приказом, а может быть и неоформленной. В этом случае вы должны быть уверены в том, что договоренность не будет нарушена администрацией и после вашего трехдневного отсутствия вы не будете уволены за прогул, поскольку у вас нет юридических оснований для отсутствия на работе. Тогда уже будет поздно обращаться к врачу — он не сможет выдать ЛН задним числом. На многих предприятиях администрации выгоднее получить от сотрудника ЛН, чем просто предоставить ему свободные от работы дни, поскольку за дни болезни выплачиваются деньги из страхового фонда, а не из фонда заработной платы, облагаемого налогами.

Наиболее часто встречающиеся нарушения прав пациента:

- ↪ необоснованный отказ от оказания медицинской помощи (отказ от госпитализации в стационар, отказ в оказании амбулаторной помощи, отказ от перевода из одного лечебного учреждения в другое, неоказание медицинской помощи в экстренных ситуациях, в частности, связанных с дорожно-транспортной, производственной, бытовой травмой);
  - ↪ оказание медицинской помощи низкого качества;
  - ↪ причинение вреда жизни и здоровью пациента при оказании медицинской помощи;
  - ↪ нарушение условий и режима лечения;
  - ↪ предоставление недостаточной или неверной информации о заболевании;
  - ↪ разглашение врачебной тайны;
  - ↪ необоснованное взимание или требование платы за лечение;
  - ↪ профессиональные и должностные злоупотребления со стороны медицинских работников;
  - ↪ дефекты в оформлении медицинской документации.
- Учреждения, обязанные защищать права пациента:
- ↪ администрация ЛПУ;
  - ↪ министерство здравоохранения области;
  - ↪ страховая медицинская компания при условии, что пациент является обладателем страхового полиса, выданного данной компанией;

- ↳ территориальный фонд ОМС (если он выполняет функции страховщика);
- ↳ прокуратура города или района;
- ↳ суд (районный или городской).

Защитить нарушенные права пациент может самостоятельно или с помощью своего представителя. Самостоятельно защищать свои права могут совершеннолетние (старше 18 лет) и дееспособные граждане-пациенты. Помощь им может предоставить общество по защите прав потребителей и другие общественные организации, уставной целью которых является защита прав граждан.

#### Ответственность пациента

Дееспособный пациент во время лечения несет ответственность за ущерб, который он причинит другому лицу или учреждению, в обычном порядке. Иными словами, в том случае, если не докажет отсутствия своей вины.

За нанесенный ЛПУ вред находящимся на излечении несовершеннолетним пациентом (до 14 лет), если не будет доказано отсутствие его вины, ответственными считаются родители и ЛПУ, под надзором которого состоял в это время несовершеннолетний. Материальная ответственность наступает в долях соответственно вине каждой стороны по решению суда.

За вред, причиненный недееспособным гражданином, несут ответственность опекун или учреждение, обязанное вести за ним надзор (например, ЛПУ).

#### Практические советы пациенту

↳ ЛПУ не вправе отказать вам в медицинской услуге без законных оснований. Если вам отказывают в госпитализации, требуйте объяснения причин и справку об отказе в госпитализации и в оказании помощи. Справка должна содержать мотив отказа. Если это происходит на амбулаторном приеме или при вызове бригады «скорой помощи», зафиксируйте факт соответствующего обращения и отказа. При отказе выдать такую справку составьте документ за подписью свидетелей (соседей, пациентов, сидящих в очереди на прием к врачу). Предложите расписаться врачу. Но если он откажется, зафиксируйте это подписью свидетелей, у вас останутся основания для обжалования его действий.

↳ Если у вас требуют какой-либо платы, поинтересуйтесь,

является ли эта услуга платной. Обязательно получите квитанцию (чек) и проверьте правильность суммы и описания.

⇨ Если с вас требуют деньги в качестве условия оказания медицинской помощи, постарайтесь здраво оценить, можете ли вы где-то еще получить помощь. Возможно, для вашей жизни или жизни близкого вам человека сейчас это единственный шанс.

⇨ Помните, что вы должны быть по возможности собраны, спокойны и действовать обдуманно. Уже сама ваша решимость и грамотные действия могут привести к тому, что медицинские работники поймут свою неправоту и окажут вам помощь или дадут разъяснение, как именно вы можете получить необходимую помощь. Закон и обычай требуют от медицинских работников в любом случае, даже когда они не обязаны или не могут оказать соответствующую помощь, содействовать вам в поиске возможности получить ее.

⇨ Не считайте зазорным и недостойным обратиться в суд, поскольку это ваше конституционное право.

⇨ Не забывайте, что ваша главная цель — получить высококачественную медицинскую помощь. Наказание халатных медиков, компенсация ущерба, выигрыш судебного иска — все это обычно весьма слабая компенсация за ущерб здоровью, который может наступить.

⇨ Требуя компенсации нанесенного вам или вашим близким ущерба, помните, что это соблюдение необходимой для нормального функционирования медицины и общества в целом юридической формы ответственности. Требуя ее соблюдения, вы, в известном смысле, предотвращаете возможные повторения трагедии для других больных.

⇨ В случае нарушения ваших прав четко выделите существо нарушения. Определите, кто конкретно нарушил ваши права, и в соответствии с этим определите свой интерес. Он должен носить имущественный характер и денежное выражение, даже если речь идет об уголовном преследовании.

⇨ Возмещение ущерба, причиненного жизни и здоровью пациента, возможно только при установлении вины медицинского учреждения. Не всякий вред, причиненный пациенту при оказании медицинской помощи, является противоправным. Важно, чтобы причиненный здоровью пациента при оказании помощи вред был меньше вреда предотвращенного. Это не только

то, к чему вы стремитесь, но это и главное правило врачебной профессии.

⇨ Правовая оценка вреда, причиненного здоровью пациента, может быть различной. Если о возможности наступления вреда здоровью при оказании медицинской услуги между врачом (медицинским учреждением) и пациентом была достигнута предварительная договоренность, такой вред может считаться правомерным. Для этого возможные размер и обстоятельства наступления вреда должны быть установлены в границах, не противоречащих общественной нравственности и основам правопорядка. Если же договором пациента с медицинским учреждением возможность причинения вреда его здоровью не предполагалась, то правовая ответственность наступает за неосторожное (непредусмотрительное) причинение вреда. Вариантом договора является согласие пациента на лечение при информировании его о возможных осложнениях, побочных эффектах лечения. Если пациент не был до лечения проинформирован о возможных неблагоприятных последствиях, то ответственность врача (ЛПУ) наступает за неосторожное (непредусмотрительное) нанесение вреда. Если же удастся доказать, что пациент был умышленно неправильно информирован, например, чтобы склонить его к согласию на данный вид лечения, то это будет умышленное причинение вреда с использованием должностного положения.

⇨ Обращаясь за помощью в общество защиты потребителей (ОЗП) или в другие организации, имейте в виду, что у них могут быть свои интересы. Например, общество защиты потребителей эффективно может помочь вам в судебной тяжбе. Одновременно ОЗП заинтересовано в суде получить причитающееся ему по закону вознаграждение (не от вас, а от ответчика). Однако вознаграждение ОЗП получает только в том случае, если ваше дело будет выиграно. В Закон о правах потребителей специально включено это положение, чтобы заинтересовать ОЗП помогать всем обращающимся к нему гражданам. Но, с другой стороны, вы можете в некоторый момент прийти с ответчиком (например, больницей) к соглашению о возмещении вам ущерба без суда или на другой основе. В этом случае ОЗП может быть не удовлетворено и настаивать на суде. Нет нужды говорить, что суд не обязательно примет решение в вашу пользу. В результате помощь ОЗП может обернуться для вас потерей небольшой, но реальной суммы и материальными судебными издержками.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

**С**истемный подход к решению проблемы оздоровления детей предполагает непременно использование всех имеющихся ресурсов и организацию их взаимодействия с учетом общей цели, обеспечение взаимной поддержки и непротиворечия элементов системы друг другу. В структуре образовательного учреждения существует целый ряд элементов, каждый из которых располагает определенными средствами и, являясь сам по себе системой, обладает своими собственными целями и функциями, которые необходимо учитывать и использовать в интересах обеспечения здоровья учащихся.

Схематично силы и средства образовательного учреждения с позиции организации оздоровительной работы в отношении обучающихся можно представить в виде публикуемой ниже таблицы.

*Таблица 11*

**Система организации оздоровительной работы в ОУ**

Структура	Основные средства	Вероятный вклад в оздоровление	Ведущее направление деятельности	Модель деятельности	Возможные отрицательные последствия
Административная	Организация учебно-воспитательного процесса	Подбор программ, контроль нагрузок, ограничение контактов	Сохранение здоровья обучающихся. Ограничение нагрузок	«Санаторий»	Инфантилизм, пассивность
Медицинская служба	Медико-гигиенические мероприятия	Лечебно-профилактические процедуры	Восстановление здоровья (реабилитация)	«Поликлиника»	«Человек со справкой» (инвалидизация)
Физическая культура	Физкультура, закаливание	Укрепление здоровья, развитие двигательных качеств, устойчивость к заболеваниям	Формирование здоровья	«Спортклуб»	«Спортсмен»

Окончание табл.

Структура	Основные средства	Вероятный вклад в оздоровление	Ведущее направление деятельности	Модель деятельности	Возможные отрицательные последствия
Педагогический коллектив	Учебные предметы	Теоретическая подготовка	ЗОЖ: долгосрочное формирование здоровья	«Лекторий»	«Замученный профессор»
Семья	Случайные	Случайный	Случайное	От «санатория» до «казармы»	Авторитаризм, разрушающий здоровье и психику ребенка

Схема вынужденно сжата и примитивизирована, предполагает возможность детализации и внесения новых элементов. Главное в том, что она показывает, что сил и средств для оздоровительной деятельности в общеобразовательных учреждениях немало, что все технологии имеют право на существование и нацелены на благополучие учащихся, хотя и могут привести к негативным результатам в случае нерациональной их интеграции, выраженного преобладания одной из них.

Деятельность образовательных учреждений определяется стремлением, с одной стороны, подготовить учащихся к современной жизни со всей ее сложностью, неоднозначностью, информационной насыщенностью, и с другой — оградить детей от перегрузок, утомления, возможных стрессов и прочих «факторов риска».

Говорить о «сохранении» в значительной мере утраченного здоровья у части детей к этому времени — школьному периоду, к сожалению, уже поздно, речь следует вести о его восстановлении — реабилитации. При этом относительно здоровые дети нуждаются не столько в сохранении достигнутого — консервации состояния, сколько в развивающих, тренирующих воздействиях. Лишь часть детей с временно нарушенным состоянием,

функциональными отклонениями, вызванными внешними факторами (нередко и дидактогенными), перенесенными заболеваниями, нуждается в создании охранительных условий, элиминации факторов риска — охране здоровья в точном смысле слова. Но и в этом случае элементы реабилитации и разумной тренировки должны иметь место. Наконец группа детей на различных стадиях болезни нуждается в лечебных мероприятиях с последующим использованием реабилитационных и тренирующих технологий.

Основным источником информации о состоянии здоровья детей являются плановые профилактические осмотры с участием врачей-специалистов. Дети в результате такого осмотра распределяются по группам здоровья, которым предписываются обоснованные рекомендации по оптимизации учебно-воспитательного процесса, физкультурно-закаливающим и лечебно-профилактическим мероприятиям и т. п. Группа здоровья учащегося и необходимые рекомендации заносятся в классный журнал и служат ориентиром для педагогов при организации учебного процесса.

Однако при распределении учащихся по группам здоровья по принципу: «Здоровым — развивающие программы, неограниченную нагрузку; больным — классы компенсирующего обучения и тепличные условия» — возникают новые проблемы. «Больные» обречены на отставание навсегда, а «здоровые» обречены рано или поздно пополнить ряды больных в результате ничем не ограниченных учебных нагрузок. Для выбора технологий оздоровления и оптимального взаимодействия служб необходимыми условиями являются объективная оценка исходного состояния детей, а также оперативное реагирование на происходящие в процессе образовательной деятельности изменения — мониторинг здоровья детей.

Системообразующим фактором при организации оздоровления должно быть состояние здоровья детей, и именно индивидуальные его особенности являются детерминирующими условиями для использования тех или иных оздоровительных технологий.

Таблица 12

**Цели и содержание  
здоровьеобеспечивающих технологий в ОУ**

Характеристика контингента	Цель мероприятий	Основное содержание оздоровления	Средства ФК	Медицинские средства
Практически здоровые дети (I, II группы здоровья) при удовлетворительном функциональном состоянии	Укрепление здоровья	Тренировка, закаливание, вакцинация, развивающие программы	ОФП, спорт	Закаливание, природные факторы, активная иммунизация
Практически здоровые дети (I, II группы здоровья) с нарушенным функциональным состоянием	Сохранение здоровья	Гигиенические мероприятия, сан.-эпид. режим, традиционные программы	ОФП	Фито- и физиопрофилактика, пассивная иммунизация
Больные дети в стадии ремиссии (III, частично IV группы здоровья)	Восстановление здоровья	Поддержание физического и нервнопсихического развития	ОФП, корригирующие упражнения	Фито- и физиотерапия, пищевые добавки
Больные дети (IV, V группы здоровья)	Лечение	Лечение, ограничение учебных нагрузок	Корригирующие упражнения, ЛФК	Комплекс лечебных мероприятий

За пределами таблицы из имеющихся ресурсов оставлены:

⇨ административные ресурсы, главной функцией которых должна быть организация взаимодействия имеющихся в образовательном учреждении служб взамен волевому управлению каждой из них в отдельности;

⇨ педагогический коллектив («лекторий»), который, разрабатывая систему оздоровительных мероприятий в ОУ, спосо-

бен создать оптимальную развивающую среду, разумно интенсифицировать педагогический процесс, предоставить ученикам конкретную информацию о способах оздоровления и сформировать мотивацию к формированию здоровья.

Совместные усилия всех структур ОУ способны правильно организовать и направить также деятельность родителей.

Организация системы оздоровительной работы только с использованием уже имеющихся в образовательных учреждениях сил и средств позволяет реально внедрить дифференцированный подход к обеспечению здоровья учащихся. В зависимости от состояния здоровья детей применяются здоровьесформирующие, здоровьесохраняющие или здоровьевосстанавливающие технологии, каждая из которых при монопольном использовании рискует стать здоровьеразрушительной. Только при условии разумного сочетания всех технологий можно рассчитывать на положительный результат — появление биологически, психологически и социально благополучного ученика, гармонично развитой личности, человека, который «хочет, может, умеет и успевает» быть здоровым.

#### Оценка эффективности оздоровительных мероприятий

Официальным показателем состояния здоровья обучающегося является его «комплексная оценка», которая формально выражается соответствующей группой здоровья. Группа здоровья должна быть указана в классном журнале, и преподаватели обязаны учитывать ее при организации учебно-воспитательного процесса.

Таблица 13

#### Общая характеристика групп здоровья обучающихся

Диагноз	Группа здоровья	Биопсихосоциальный потенциал (ограничения жизнедеятельности)	Образовательные программы
Условно здоровые	I	Сохраненные возможности	Общеобразовательные программы
	II		
Условно больные	III	Компенсированные возможности	Специальные программы
	IV	Неполная компенсация	
	V	Декомпенсация	Индивидуальное обучение

Для оценки эффективности физкультурно-оздоровительных мероприятий в рамках предложенных критериев следует учитывать и другие аспекты здоровья:

1. Кроме факта наличия или отсутствия заболевания, показателем укрепления здоровья может служить сокращение обострений и рецидивов болезни — снижение количества пропущенных по болезни учебных дней. Этот же показатель характеризует и результативность закаливающих мероприятий, повышение устойчивости к инфекционным заболеваниям, хотя в еще большей степени его определяет эпидемическая обстановка. Поэтому уровень острой заболеваемости следует оценивать не только по годовой динамике, но и сопоставляя его с аналогичными показателями других образовательных учреждений, контрольных групп детей.

2. При оценке «функционального состояния основных систем организма» приняты различные функциональные пробы, которые ограничиваются, как правило, обследованием кардиореспираторной системы, но редко используются на практике, хотя призваны быть индикаторами достигнутого уровня здоровья, и необходимыми показателями адекватности физических нагрузок. Существуют функциональные пробы, отражающие состояние нервной системы, органов чувств и т. д. Характеризуют функциональное состояние организма ребенка также тесты работоспособности.

3. Состояние центральной нервной системы и психики — высших регуляторных систем организма — должно представлять не меньший интерес при оценке здоровья. Согласно ВОЗ, здоровье — это не только отсутствие болезней и физических недостатков, но и состояние биологического, психологического и социального благополучия. Психологические реакции учащихся являются наиболее чувствительными и оперативными показателями динамики состояния здоровья.

4. Вклад организации учебно-воспитательного процесса и физической культуры в физическое развитие детского организма не вызывает сомнения, хотя их роль и не абсолютна. Не меньший вклад в физическое развитие детей вносят наследственность, питание и факторы образа жизни. Тем не менее положительная динамика физического развития учащихся надежно свидетельствует об эффективности оздоровительных мероприятий.

5. Уровень достигнутого развития и степень его гармонично-

сти оцениваются не только по показателям физического развития или полового созревания, но и по формированию двигательных качеств. С этих позиций физическая подготовленность учащихся является полноправным и необходимым показателем здоровья, отражая «двигательный возраст» ребенка и его функциональное состояние.

6. Привлечение ребенка к систематическим занятиям физкультурой в той или иной форме делает двигательную активность реальным компонентом образа жизни человека, что уже само по себе должно оцениваться как положительный результат физкультурно-оздоровительных мероприятий, хотя настоящий оздоровительный эффект проявится только через достаточно продолжительный период времени.

7. Подтверждают эффективность оздоровительных мероприятий и уменьшение всякого рода ограничений, освобождений и запрещений на занятиях физкультурой по программе образовательного учреждения — перевод учеников из специальной медицинской группы в подготовительную или из подготовительной в основную. Особенно важен этот критерий при оценке эффективности оздоровления детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья, поскольку традиционное «освобождение» их от физкультуры по существу наносит ущерб их «социальному благополучию».

Вместе с тем разработка долговременных оздоровительных программ и оценка их эффективности должны учитывать и более устойчивые характеристики здоровья.

*Таблица 14*

**Примерные сроки «реакции» показателей здоровья на состоявшиеся воздействия и оценка их динамики при оздоровительной деятельности**

Информационное обеспечение ситуаций	Показатели	Появление достоверной динамики показателей
Оперативное управление социальными взаимодействиями в коллективе	Психофизиологические реакции: уровни активности, тревожности, внимания, показатели пульса, артериального давления	Минуты, часы, сутки

Окончание табл.

Информационное обеспечение ситуаций	Показатели	Появление достоверной динамики показателей
Оценка организации и гигиенических условий жизнедеятельности, эффективности оздоровительных мероприятий	Состояния: – работоспособность; – физическая подготовленность; – острая заболеваемость; – успеваемость	Недели, месяцы (учебная четверть)
Оценка образа жизни и риска развития заболеваний – выявление состояния «предболезни»	Отклонение от среднестатистических темпов физического и нервно-психического развития, данные социально-гигиенического анкетирования	Месяцы (учебный год, полугодие)
Интегральная оценка здоровья – последствия всех состоявшихся воздействий на ребенка, включая генетические и внутриутробные факторы. Долгосрочный прогноз качества жизни индивидуума	Наличие хронического заболевания, его стадия и тяжесть	Годы

Предлагаемые критерии оценки эффективности физкультурно-оздоровительных мероприятий не противоречат существующим нормативным документам \*, являются информативными и надежными и должны использоваться более широко.

В целом оценка эффективности оздоровительных мероприятий — весьма сложная проблема, требующая системного подхода и участия многих специалистов. Организационное и содержательное обеспечение мониторинга здоровья учащихся обра-

\*

Письмо Минобразования РФ от 31 октября 2003 г. № 13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой» // Физическая культура. 1 — 11 кл.; Программы для учащихся специальной медицинской группы общеобразовательных учреждений /авт-сост. А. П. Матвеев, Т. В. Петрова, Л. В. Каверкина. — М.: Дрофа, 2004. — 80 с.

зовательных учреждений является одним из основных направлений научных исследований и экспериментальной работы кафедры теории и методики физического воспитания и основ безопасности жизнедеятельности Нижегородского института развития образования.

Подробнее с методиками мониторинга, разработанными сотрудниками кафедры, можно ознакомиться в следующих публикациях:

⇨ *Чичикин В. Т., Конюхов Е. Е.* Рейтинговая система мониторинга состояния здоровья участников образовательного процесса // Педагогическое обозрение. — 2007. — № 4. — С. 95—103.

⇨ Системная модель деятельности образовательного учреждения по сохранению и укреплению здоровья учащихся: методическое руководство / науч. ред. О. С. Гладышева. — Н. Новгород: Нижегородский институт развития образования, 2008. — 203 с.

⇨ Регуляция физкультурно-оздоровительной деятельности в образовательном учреждении: монография / В. Т. Чичикин, П. В. Игнатъев, Е. Е. Конюхов. — Н. Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 2007. — 344 с.

⇨ *Конюхов Е. Е.* Врачебно-педагогическое обеспечение физического воспитания детей с отклонениями в состоянии здоровья. — Н. Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 2003. — 51 с.

⇨ Содержание и организация физического воспитания учащихся специальной медицинской группы. — Н. Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 2004. — 235 с.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

---

Несмотря на достаточно продолжительный — 20-летний — период своего существования, образовательная область ОБЖ — БЖД по-прежнему вызывает споры как среди общественности, так и педагогов. Противники предмета считают, что модули его содержания следует «интегрировать» в другие предметы школьной программы, поскольку они при всей их важности и необходимости не объединены единой научной базой и достаточно автономны. Однако уже при создании курса в мае 1991 года было отмечено, что «фрагментарное включение вопросов безопасности в имевшиеся предметы школьного обучения не имело бы системного характера и не позволило бы в необходимой мере использовать потенциал учебного процесса». Оформилась и научная база решения комплексной проблемы безопасности в современном мире.

Теория безопасности — это система представлений и идей, предназначенная для изучения полного спектра опасностей для человека от его взаимодействия с окружающей средой и выявления исчерпывающей системы мер безопасности (В. В. Сапронов).

Безопасность жизнедеятельности — это определенное качество жизнедеятельности, при котором она не служит источником опасностей неприемлемого уровня. Без него созданные жизнедеятельностью человека технологии привели в конце XX века к возникновению рукотворной угрозы глобальной катастрофы — либо экологической (от преобразования человеком природной среды), либо военной (от конфликтов с применением оружия массового поражения). «Безопасность жизнедеятельности» как образовательная область — это инструмент формирования в об-

шествие новой культуры безопасности, нацеленной прежде всего на предотвращение катастроф любого масштаба. Об огромной важности проблемы безопасности жизнедеятельности свидетельствует и такой факт, что только за 2010 год вышли следующие документы:

1. Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации».

2. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года, утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 г. № 537.

3. Распоряжение Правительства РФ от 03.02.2010 № 134-р: Концепция федеральной системы подготовки граждан РФ к военной службе на период до 2020 года.

4. Приказ Министра обороны № 96, Минобрнауки РФ № 134 от 24.02.2010 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах».

5. Приказ Минобрнауки РФ от 15.02.2010 № 117 «Об утверждении Типового положения о кадетской школе и кадетской школе-интернате». Зарегистрировано в Минюсте РФ 04.05.2010 № 17101.

Формирование практических навыков безопасной жизнедеятельности и соответствующего мировоззрения возможно на основе использования современных педагогических технологий, привлечения учащихся к реальной практической деятельности по формированию умений и навыков в прогнозировании рисков, предупреждении и защите от угроз, минимизации последствий чрезвычайных ситуаций. Для отработки таких навыков следует шире использовать возможности моделирования различных ситуаций с помощью современных информационных технологий, доступность которых по мере реализации национального проекта «Образование» стала повсеместной. Опыт использования мультимедийных пособий в учебном процессе как в общеобразовательных учреждениях, так и на курсах повышения квалификации преподавателей-организаторов и учителей ОБЖ подтверждает высокую эффективность технологии. Резко

возросла мотивация преподавателей практически всех возрастных категорий к овладению информационными технологиями, активно создаются собственные учебно-методические материалы для дальнейшей работы с учениками, используется Интернет, электронная почта. Наиболее актуальными проблемами преподавателей остаются:

- ↪ формирование собственной мультимедиа-теки, подборка тематических иллюстраций, аудио- и видеороликов по темам предметной области ОБЖ;

- ↪ разработка тестов контроля знаний учащихся по ОБЖ;

- ↪ оперативная доступность нормативно-правовой информации в сфере БЖД и образования;

- ↪ доступность интернет-ресурсов в области БЖД.

Именно анализ актуальных проблем в работе преподавателей и попытки хотя бы частичного их решения обуславливают своевременность издания настоящего пособия.

## ЛИТЕРАТУРА

1. *Айзман, Р. И.* Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие / Р. И. Айзман, В. Б. Рубанович, М. А. Суботялов. — Новосибирск: Сиб. унив. изд-во, 2009. — 214 с. — (Университетская серия).
2. Безопасность дошкольного образовательного учреждения. — М.: МИОО, 2005. — 416 с. — (Серия «Библиотека руководителя»).
3. Безопасность жизнедеятельности: государственные образовательные стандарты. Библиографические источники. Наглядные пособия / авт.-сост. С. В. Петров. — М.: НЦ ЭНАС, 2005. — 128 с.
4. Библиотека электронных наглядных пособий «ОБЖ. 5—11 классы» / А. В. Наследухов. «Кирилл и Мефодий», «Дрофа». — (Компакт-диск).
5. *Власова Л. М.* Безопасность жизнедеятельности: современный комплекс проблем безопасности / Л. М. Власова, В. В. Сапронов, Е. С. Фрумкина, Л. И. Шершнева. — М.: «Русский журнал», 2007. — 132 с.
6. Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности / авт.-сост. Ю. В. Науменко. — М.: «Глобус», 2009. — 125 с.
7. Здоровьесберегающие технологии учебного процесса. — Волгоград: изд-во «Учитель», 2009. — (Компакт-диск в серии «Административное управление образовательным учреждением»).
8. *Конюхов Е. Е.* Врачебно-педагогическое обеспечение физического воспитания детей с отклонениями в состоянии здоровья. — Н. Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 2003. — 51 с.
9. *Конюхов Е. Е.* Дистанционное образование в сфере безопасности жизнедеятельности // Материалы межрегиональной научно-практической конференции «Экологическое образование: теория и педагогическая реальность», 30 октября 2007 г. — Нижний Новгород, 2007. — С. 227—229.
10. *Конюхов Е. Е., Кузнецов С. Ю.* Использование мультимедийных средств в образовательной области «Основы безопасности жизнедеятельности» // Материалы межрегиональной научно-практической конференции «Экологическое образование: теория и педагогическая реальность», 30 октября 2007 г. — Нижний Новгород, 2007. — С. 222—224.
11. *Лысова Н. Ф.* Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена: учеб. пособие / Н. Ф. Лысова, Р. И. Айзман, Я. Л. Завьялова, В. М. Ширшова. — 2-е изд., стер. — Новосибирск: Сиб. унив. изд-во, 2010. — 398 с. — (Университетская серия).
12. Мониторинг и коррекция физического здоровья школьников: метод. пособие / С. Д. Поляков, С. В. Хрущев, И. Т. Корнеева и др. — М.: Айрис-пресс, 2006. — 96 с. — (Методика).

13. Настольная книга заместителя директора школы по безопасности: справ.-метод. пособие / авт.-сост. Б. И. Мишин, М. П. Фролов. — М.: АСТ Астрель, 2006. — 317 с.
14. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений: руководство для работников системы образования / под ред. М. М. Безруких, В. Д. Сонькина. — М., 2005. — 584 с., ил.
15. Организация спортивной работы в школе. — Волгоград: изд-во «Учитель», 2009. — (Компакт-диск в серии «Административное управление образовательным учреждением»).
16. Основы безопасности жизнедеятельности: методические рекомендации по оборудованию кабинета (класса) ОБЖ в общеобразовательном учреждении / Н. А. Крючек, С. К. Миронов, Б. И. Мишин. — 2-е изд., стереотип. — М.: Дрофа, 2005.
17. Программы общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности». 1—11 кл. / под общей ред. А. Т. Смирнова. — М.: «Просвещение», 2006. — 111 с.
18. Психолого-педагогический медико-социальный центр в школе. — Волгоград: «Учитель», 2008. — (Компакт-диск в серии «Административное управление образовательным учреждением»).
19. Регуляция физкультурно-оздоровительной деятельности в образовательном учреждении: монография / В. Т. Чичикин, П. В. Игнатъев, Е. Е. Конюхов. — Н. Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 2007. — 344 с.
20. Системная модель деятельности образовательного учреждения по сохранению и укреплению здоровья учащихся: методическое руководство / науч. ред. О. С. Гладышева. — Н. Новгород: Нижегородский институт развития образования, 2008.
21. *Смирнов Н. К.* Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. — М.: АРКТИ, 2005. — 320 с.
22. *Смирнов Н. К.* Здоровьесберегающие технологии в работе учителя и школы. — М.: АРКТИ, 2003. — 272 с.
23. *Смирнов Н. К.* Руководство по здоровьесберегающей педагогике: технологии здоровьесберегающего образования. — М.: АРКТИ, 2008. — 288 с.
24. Современное состояние и перспективы развития курсов ОБЖ и БЖД: сборник материалов VI Всероссийской конференции / сост. М. В. Аносова. — М.: АПКППРО, 2007. — 156 с.
25. Содержание и организация физического воспитания учащихся специальной медицинской группы. — Н. Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 2004. — 235 с.
26. Тематическое планирование. ОБЖ. Физическая культура. —

Волгоград: изд-во «Учитель», 2009. — (Компакт-диск в серии «Административное управление образовательным учреждением»).

27. *Тропкина Л. А., Цыганков С. А.* Охрана жизнедеятельности в школе. — М.: изд-во «Учитель», 2008. — (Компакт-диск).

28. *Ушаков Е. В.* Права и гарантии в системе медицинской помощи. — М.: ТК Велби, КноРус, 2006. — 200 с.

29. *Чичикин В. Т., Конюхов Е. Е.* Рейтинговая система мониторинга состояния здоровья участников образовательного процесса // Педагогическое обозрение. — 2007. — № 4. — С. 95—103.

### Интернет-ресурсы в образовательной области ОБЖ — БЖД

Федеральный портал «Российское образование». — <http://www.edu.ru>.

Министерство образования РФ. — <http://www.ed.gov.ru>.

Российский общеобразовательный портал. — <http://www.school.edu.ru>.

НИРО. — <http://www.niro.nnov.ru>.

Законодательство в образовании. — <http://www.lexed.ru>

Официальный сайт МЧС России. — <http://www.emercom.gov.ru/>.

Фонд национальной и международной безопасности. — <http://fnimb.org>.

Журнал «ОБЖ» МЧС России. — <http://www.school-obz.org>.

Сайт сторонников Концепции общественной безопасности. — <http://www.vodaspb.ru>.

Всероссийский НИИ по проблемам гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций МЧС России. — <http://www.ampe.ru>

ОБЖ — Основы Безопасности Жизнедеятельности. Наука и образование. — <http://www.obzh.ru>.

Здоровый образ жизни, здоровье, красота. — <http://www.fisio.ru/>.

Медицинский портал. — <http://www.medportal.ru/>.

Система «Гарант». Энциклопедия российского законодательства. — <http://www.garant.ru>.

Специализированный правовой сервер «Консультант плюс». — <http://www.consultant.ru>.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

---

Концепции развития образовательной области ОБЖ	⇒ 3
Нормативная база образовательной области ОБЖ	⇒ 7
Государственный стандарт общего образования	⇒ 7
Среднее (полное) общее образование	⇒ 12
Среднее (полное) общее образование. Основы безопасности жизнедеятельности. Профильный уровень	⇒ 16
Региональный базисный учебный план Нижегородской области	⇒ 21
Основное общее образование (6-дневная неделя)	⇒ 22
Основное общее образование (5-дневная неделя)	⇒ 24
Среднее (полное) образование. Общеобразовательные классы	⇒ 25
Региональный базисный учебный план для лицеев	⇒ 26
Примерный учебный план (оборонно-спортивный профиль)	⇒ 26
Методические рекомендации по преподаванию предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в Нижегородской области	⇒ 28
Законодательная база безопасности жизнедеятельности	⇒ 32
Методическое обеспечение образовательной области ОБЖ	
Общие вопросы методики преподавания ОБЖ	⇒ 43
Методы обучения и их классификация	⇒ 49
Метод проектов	⇒ 67

Использование ролевых игр в образовательной области ОБЖ	⇒ 81
Мультимедийные технологии в образовательной области ОБЖ	⇒ 88
Дистанционное обучение	⇒ 94
Актуальные проблемы преподавания основ здорового образа жизни в курсе ОБЖ	⇒ 97
Основы психологической безопасности	⇒ 105
Проектирование физической подготовки школьников в рамках курса ОБЖ	⇒ 119
Использование технических средств	⇒ 139
Оборудование кабинета ОБЖ в образовательном учреждении	⇒ 142
Перспективы оздоровительной деятельности в работе образовательного учреждения	⇒ 156
Правовые аспекты обеспечения здоровья учащихся в деятельности преподавателя ОБЖ	⇒ 156
Правовые аспекты медицинской помощи населению	⇒ 158
Организация оздоровительной работы в общеобразовательных учреждениях	⇒ 179
Заключение	⇒ 188
Литература	⇒ 191

**ОСНОВЫ  
БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Методическое  
пособие

Редактор *З. С. Колодина*  
Компьютерная верстка *Ж. В. Сафоновой*

---

Оригинал-макет подписан в печать 28.12.2010 г.  
Формат 60 × 84<sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Бумага офсетная. Гарнитура «Таймс».  
Печать офсетная. Усл.-печ. л. 11,4. Тираж 100 экз. Заказ 1807.  
ГОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования»,  
603122, Н. Новгород, ул. Ванеева, 203.

Отпечатано в издательском центре учебной  
и учебно-методической литературы ГОУ ДПО НИРО.