



Как ценности и характер помогают
выбирать безопасные решения
каждый день



Нравственные позиции и личные качества подростка в безопасном поведении

Почему семикласснику важно уметь выбирать безопасно



В 12–13 лет растёт самостоятельность, усиливается влияние сверстников и онлайн-среды. Поэтому особенно важно уметь замечать давление, проверять информацию и вовремя обращаться за помощью к взрослым.

01

Уважение к людям и честность помогают подростку оценивать поступок не только по выгоде, но и по его последствиям для себя, семьи, одноклассников и школы.

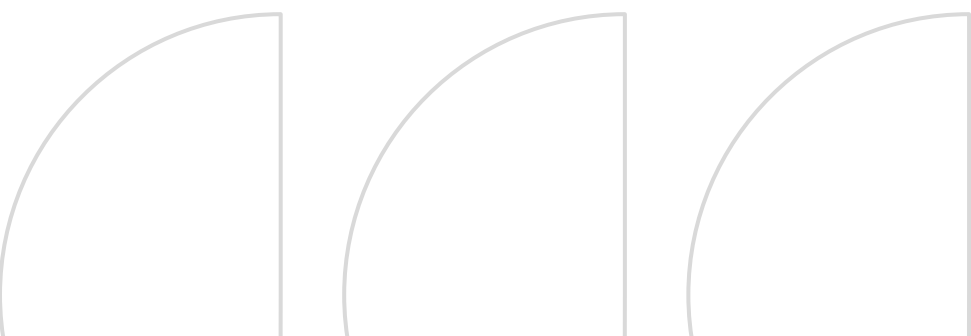
02

Ответственность и справедливость подсказывают, что нельзя поддерживать жестокость, скрывать опасные действия или соглашаться на то, что нарушает правила и угрожает безопасности.

03

Когда жизнь и здоровье человека считаются главной ценностью, легче отказаться от сомнительного предложения и выбрать законный, спокойный и безопасный путь.

Нравственные позиции как основа выбора



Личные качества, которые помогают избежать опасного влияния



Самоконтроль и выдержка

Самоконтроль помогает не отвечать сразу на провокацию, а выдержка даёт время остановиться и подумать. Так подросток не действует под давлением и сохраняет спокойствие.

Критическое мышление и уверенность

Критическое мышление позволяет проверить сообщение, а уверенность — спокойно сказать «нет». Эти качества защищают от насмешек, угроз и просьб хранить опасную тайну.

01

В семье ребёнок видит, как взрослые решают споры без грубости, соблюдают правила и относятся к людям с уважением. Эти примеры становятся нормой поведения.

02

Школа закрепляет привычку действовать мирно: слушать друг друга, не унижать слабых и обращаться за помощью при конфликте. Это формирует устойчивое неприятие жестокости.

03

Личный опыт уважительного общения учит, что сила не в агрессии, а в умении договориться. Такой опыт помогает выбирать безопасные способы ответа на трудности.

04

Обсуждение последствий насилия для человека и общества показывает, что жестокие поступки разрушают доверие, дружбу и чувство безопасности. Поэтому им трудно дать оправдание.

Как формируется неприятие насилия

Как ценности превращаются в безопасное действие

Последовательность показывает путь от нравственной оценки к правильному поступку в опасной ситуации.



Какие качества сильнее всего защищают подростка

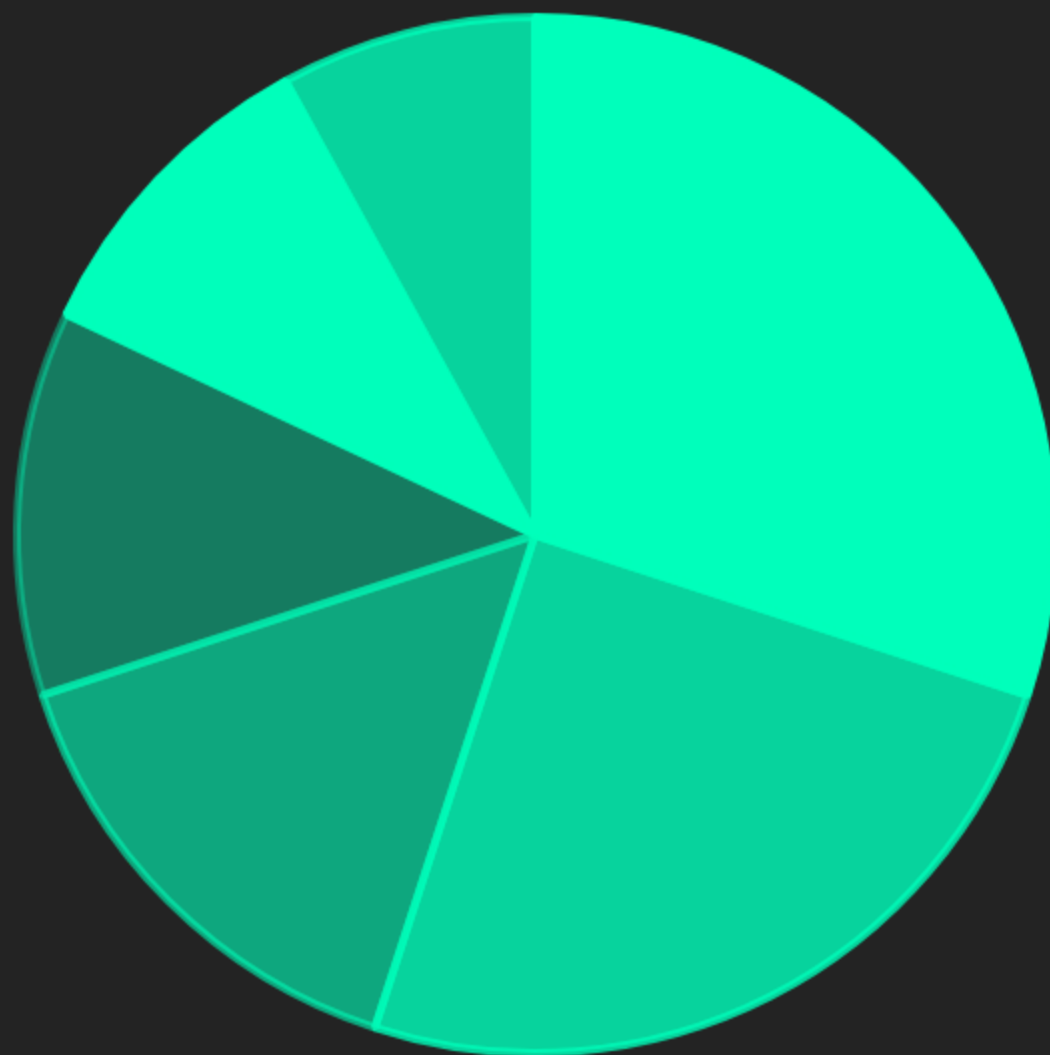
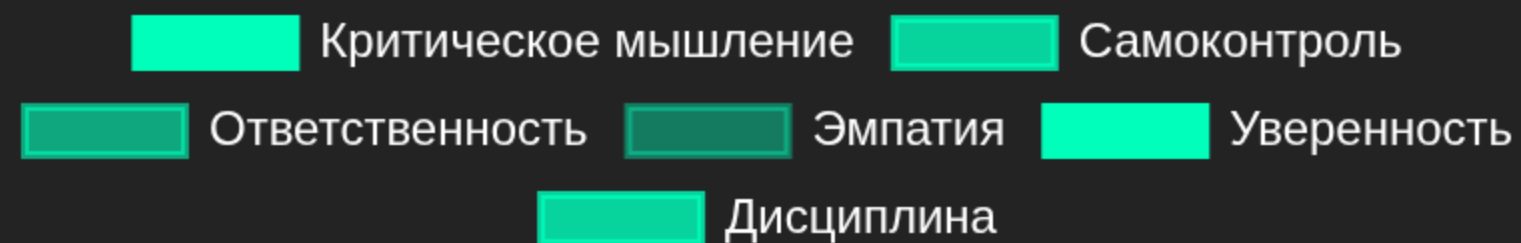


Диаграмма показывает, что защита строится не на одном качестве, а на их сочетании в повседневном поведении.

Наибольшую защиту дают критическое мышление и самоконтроль; остальные качества усиливают устойчивость к давлению и ошибкам.

Составлено по учебным целям ОБЗР и логике темы

Опасные признаки манипуляции в интернете

01

Тревожный сигнал — слишком лестное или быстрое сближение, за которым следуют просьбы перейти в закрытый чат и никому не рассказывать о переписке.

02

Опасность усиливают срочность, давление, угрозы и обещания награды за риск. Подобные приёмы заставляют подростка действовать без проверки и размышления.

03

Если собеседник оправдывает жестокость, зовёт на тайные встречи или просит скрыть личные данные, это повод немедленно прекратить контакт и обратиться к взрослым.

04

В сети угроза часто маскируется под игру, дружбу или проверку смелости. Именно поэтому важно не верить красивым обещаниям без ясной цели.

Нравственные ориентиры и их защитная роль

Качество	Поведение	Результат
Ответственность	Сообщает взрослому	Снижение риска
Эмпатия	Замечает чужую боль	Поддержка другого
Честность	Не скрывает сообщение	Быстрая помощь
Самоконтроль	Не отвечает агрессией	Нет эскалации

Таблица показывает, как личные качества помогают выбрать безопасное поведение и избежать ошибки.

Нравственные качества работают как внутренняя защита: они помогают заметить угрозу, не поддаваться давлению и вовремя попросить помощи.

Составлено по материалам темы ОБЗР

Семья как первый источник безопасных правил



Разговор за ужином

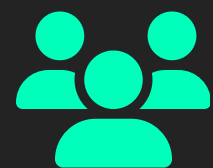
За семейным столом подросток показывает маме и папе странное сообщение, которое пришло вечером. Взрослые спокойно выслушивают, обсуждают, почему переписка вызывает тревогу, и вместе решают, что ответ не нужен. Такой разговор укрепляет доверие и учит не оставаться один на один с проблемой.



Общие правила для телефона

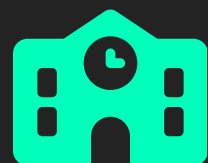
Отец и дочь договариваются: не сообщать личные данные незнакомым людям, не переходить по подозрительным ссылкам и сразу рассказывать о неприятных контактах. Рядом лежит телефон с открытыми настройками безопасности. Простые семейные правила делают поведение подростка более уверенным и осторожным.

Школа и класс как среда безопасности



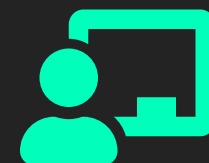
Поддержка одноклассников

Здоровый классный коллектив замечает, когда кому-то стало тяжело, не смеётся над просьбой о помощи и помогает сохранить спокойную атмосферу, в которой легче вовремя остановить опасное поведение.



Единые правила

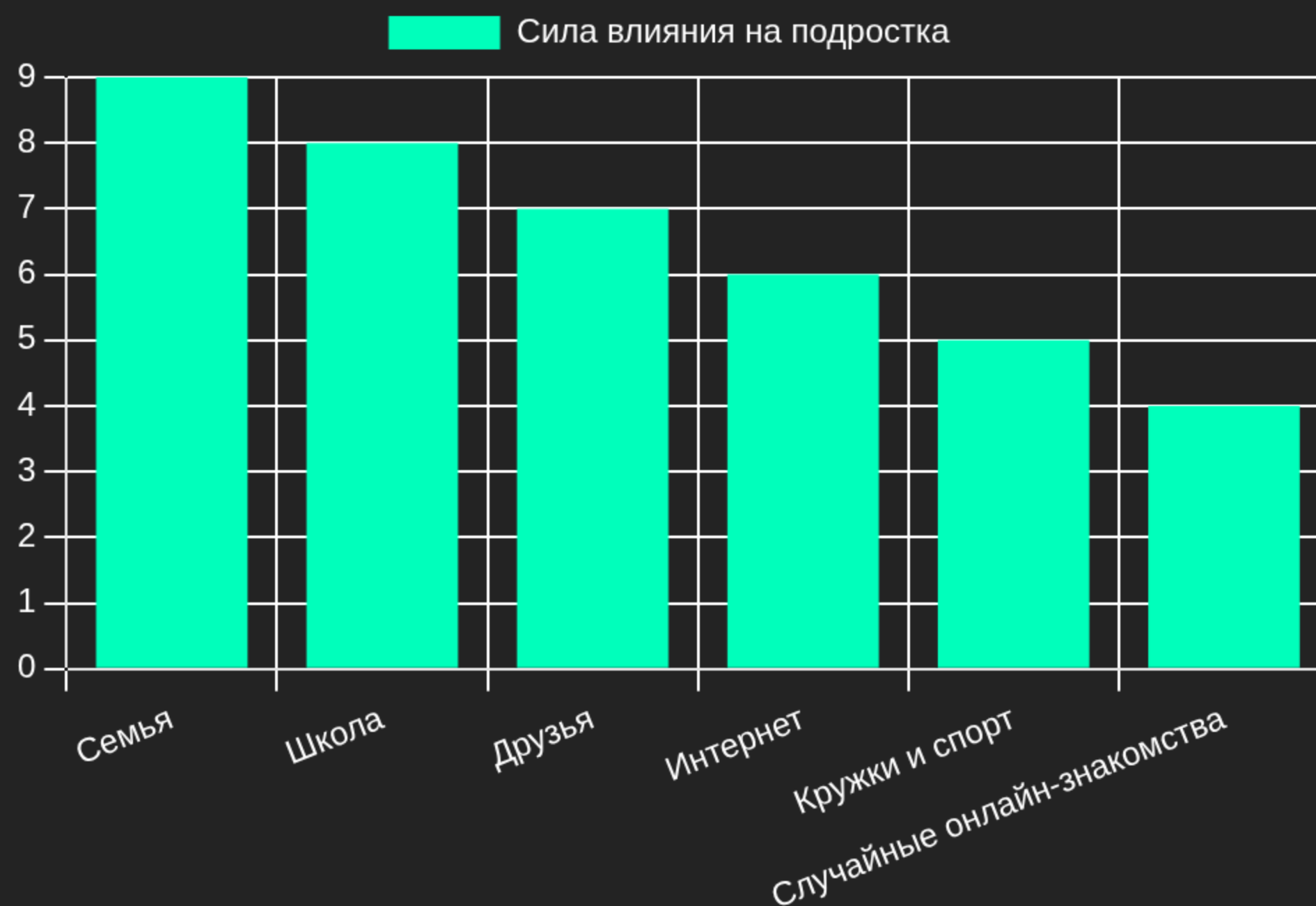
Школа приучает действовать по установленным правилам: не нарушать порядок, не скрывать тревожные ситуации и сразу обращаться к взрослым, если возникает риск для здоровья, безопасности или достоинства.



Общие нормы поведения

Уроки ОБЗР, классные часы и школьные правила безопасности создают понятные ориентиры для всех учеников. Когда нормы известны заранее, подростку проще выбрать правильное действие в сложной ситуации.

Основные источники влияния на подростка



Влияние не одинаково по устойчивости: одни источники закрепляют правила надолго, другие действуют быстро, но могут резко меняться под давлением группы или информации в сети.

Семья и школа дают более прочную основу, а интернет и случайные знакомства требуют особой осторожности и проверки.

Учебная схема для урока ОБЗР; значения условные, используются для наглядности.

Как распознать опасное предложение

01

Если сообщение требует срочности, тайны или обещает выгоду без объяснений, это повод остановиться. Безопасное предложение не требует скрывать разговор от родителей и учителей.

02

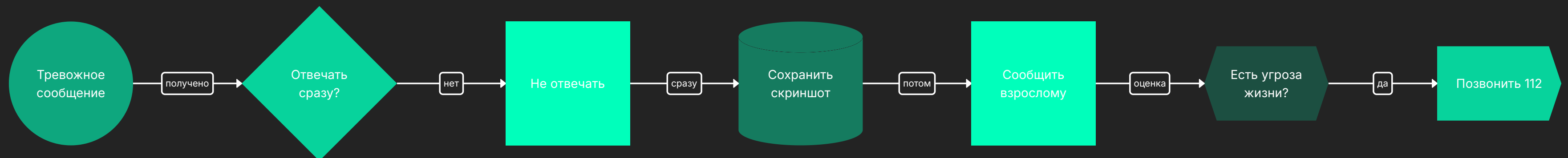
Опасными признаками являются просьбы нарушить закон, переслать личные данные, встретиться тайно или доказать смелость рискованным поступком. Чем больше давления, тем выше вероятность манипуляции.

03

Если вам предлагают молчать, угрожают или пытаются изолировать от близких, нужно не соглашаться и сразу показать переписку взрослому. Проверка раньше ответа помогает избежать ошибки.

Что делать, если пришло тревожное сообщение

Последовательность действий основана на правилах личной и цифровой безопасности для школьников.



Даже один твёрдый отказ способен остановить давление группы, если подросток не поддаётся страху и не начинает оправдываться.



1

уверенный отказ часто предотвращает опасный шаг и помогает сохранить безопасность, доверие и репутацию подростка.

Авторская формулировка по материалам ОБЗР и правил личной безопасности.

Личные качества и конкретные безопасные поступки

Таблица показывает, как внутренние качества превращаются в понятные действия, которые помогают вовремя заметить риск и защитить себя и других.

Качество	Поступок	Результат
Эмпатия	Замечает травлю	Помогает слабому
Самоконтроль	Не отвечает на провокацию	Избегает конфликта
Ответственность	Сообщает о сообщении	Предупреждает риск
Критическое мышление	Проверяет слухи	Не верит манипуляции
Смелость	Отказывается и просит помощи	Сохраняет безопасность

Нравственные качества работают не сами по себе, а через конкретные действия. Чем устойчивее эти качества, тем меньше вероятность ошибки под давлением.

Обобщение учебных ситуаций по ОБЗР.



Доброта, уважение и гражданская позиция

Доброта не делает человека слабым: она помогает не унижать других, замечать чужую боль и выбирать поступки, которые сохраняют достоинство одноклассников и спокойную атмосферу в коллективе.

Гражданская позиция подростка проявляется в соблюдении правил, уважении к закону и отказе участвовать в жестоких или опасных действиях. Это делает безопасное поведение осознанным и устойчивым.



Пирамида устойчивого безопасного поведения

Знания о правилах Нравственные качества
Конкретные действия



Пирамида показывает, что безопасное поведение складывается постепенно: сначала понимание угроз, затем внутренние ориентиры, а после — правильный поступок в реальной ситуации.

Без знаний и ценностей внешние действия быстро распадаются. Прочная безопасность появляется тогда, когда решение поддержано и пониманием, и характером.

Учебная модель для урока ОБЗР; схема носит обобщающий характер.

Практические навыки, которые развивает 7 класс



Спокойный разговор

Умение говорить без крика и паники помогает вовремя задать вопросы, уточнить ситуацию и не ухудшить конфликт. Спокойная речь особенно важна, когда нужно обратиться за поддержкой.



Распознавание угроз

Школьник учится замечать угрозы в переписке, поведении знакомых и неожиданных предложениях. Чем раньше распознана опасность, тем проще остановить её без лишнего риска.



Проверка информации

Подросток учится не верить первому сообщению и сопоставлять факты. Это помогает отличать слухи, ложные призывы и сомнительные просьбы от проверенных сведений и спокойных советов взрослых.



Обращение за помощью

Ребёнок привыкает рассказывать взрослым о тревожных сообщениях, странных просьбах и давлении со стороны других людей. Это снижает риск одиночного и опасного решения.



Защита личных данных

Осторожное отношение к паролям, адресам, фотографиям и контактам помогает не давать чужим людям лишних возможностей для манипуляции. Личная информация должна оставаться под контролем подростка и семьи.

Нравственный выбор делает безопасность реальной

Когда подросток уважает жизнь, действует честно и умеет отказываться от опасных предложений, он защищает себя и других. Именно внутренние качества превращают знание правил в надёжное поведение.