

Основы безопасности личности, общества и государства

Как распознавать опасности и защищать себя
каждый день

Почему этот курс особенно важен в 9 классе

В подростковом возрасте становится больше самостоятельности: поездки, общение, цифровые сервисы и участие в жизни школы уже требуют осознанных решений. Курс помогает замечать риски вовремя и действовать правильно в обычных и нестандартных ситуациях.



Личная безопасность подростка

Будьте внимательны при общении с незнакомыми людьми, переходе дороги и передвижении в тёмное время суток. Избегайте рискованных игр и ситуаций, где легко потерять контроль или получить травму.

Полезно помнить свои данные: адрес, имя и фамилию, телефон родителей и номер 112. Эти сведения помогают быстро получить помощь, если вы потерялись, растерялись или оказались в опасной обстановке.

В подъезде, лифте, во дворе и в транспорте не стоит отвлекаться и поддаваться давлению окружающих. Спокойное поведение и внимательность снижают риск конфликтов, травм и неприятных случайностей.

Опасности в быту

Дома: скрытые источники риска

Электричество, газ, острые предметы, лекарства, бытовая химия и открытый огонь требуют строгой осторожности. Ошибка в обращении с ними может быстро привести к травме или пожару.

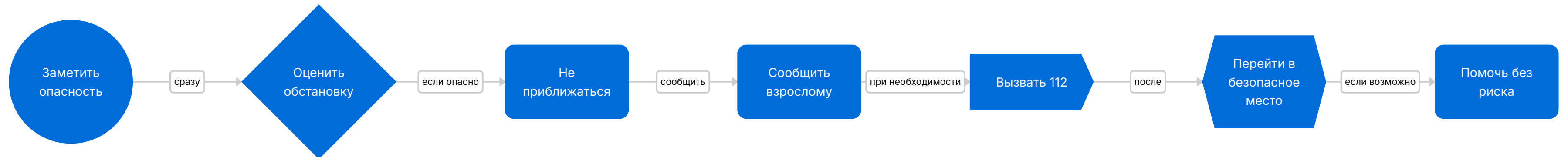
В школе: травмы на привычных местах

В школе опасность часто связана с лестницами, скользкими полами, спортивным инвентарём и лабораторным оборудованием. Риск возрастает на переменах, в мастерских и там, где много людей одновременно.



Как действовать при обнаружении опасности

Алгоритм помогает не теряться и передавать точную информацию взрослым и экстренным службам.



Пожарная безопасность в быту и школе

Пожар может начаться из-за неосторожного обращения с огнём, перегрузки розеток, неисправной проводки или оставленного без присмотра прибора. Поэтому важны внимательность и соблюдение простых правил каждый день.

Опасен не только огонь, но и дым: он быстро мешает видеть и дышать. При задымлении нельзя терять время, нужно сразу сообщить взрослым и двигаться к выходу.

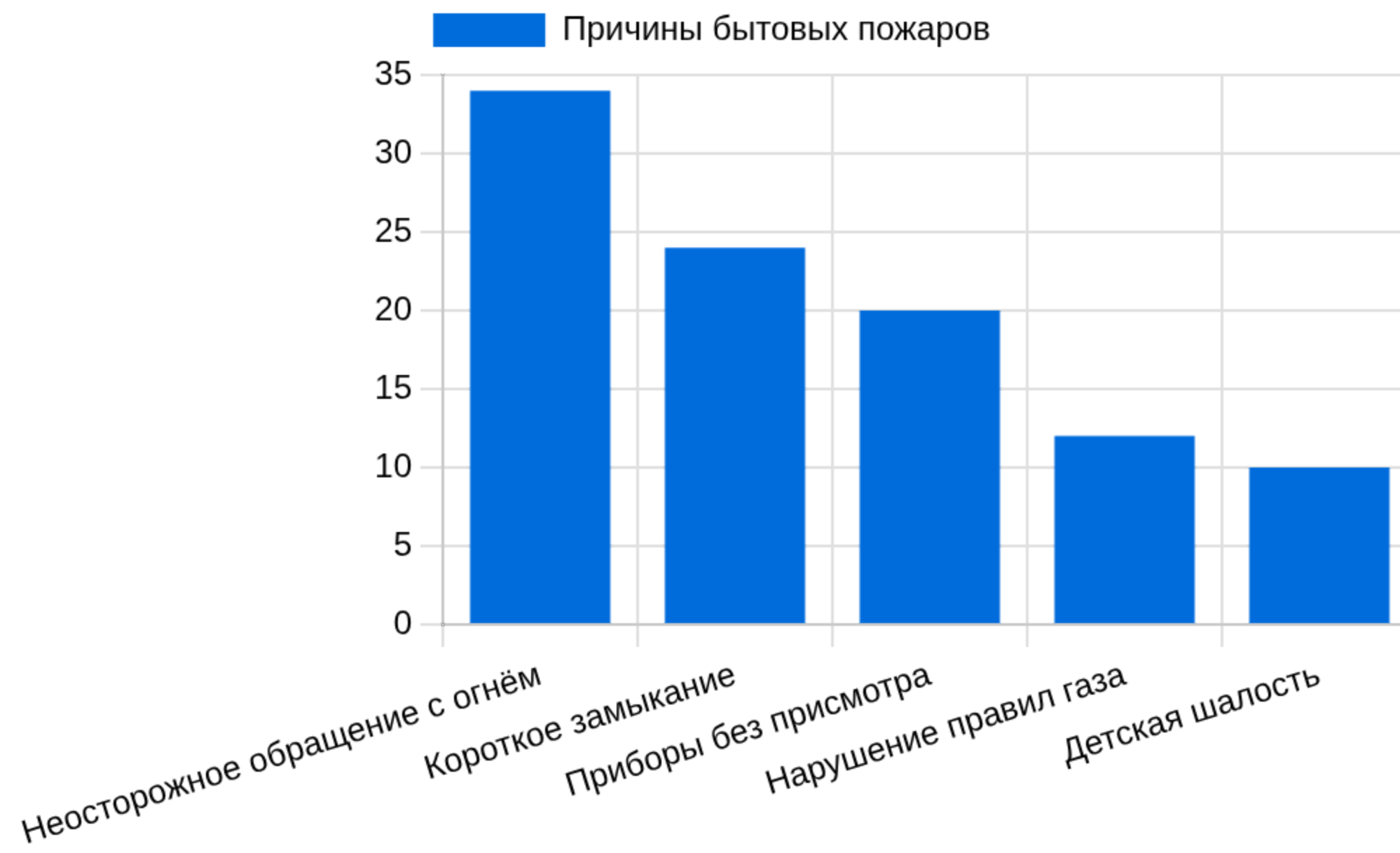
Если возгорание замечено рано, легче предупредить других и избежать паники. Спокойные, чёткие действия помогают сохранить время и снизить риск для людей вокруг.

При эвакуации нельзя пользоваться лифтом. Надо идти к выходу по безопасному маршруту, не возвращаться за вещами и выполнять указания взрослых или сотрудников школы.

Основные причины пожаров в жилых помещениях

Большинство таких случаев связано с повседневной невнимательностью, а не с редкими сложными поломками.

Сильнее всего сокращают риск простые меры: контроль техники, исправная проводка и осторожность с огнём.



*По обобщённым данным о причинах бытовых пожаров;
точные значения зависят от региона и периода.*

Безопасность на дорогах и в транспорте

По пути к школе

Выбирайте понятный и безопасный маршрут, переходите дорогу только в разрешённых местах и не отвлекайтесь на телефон рядом с проезжей частью.

В общественном транспорте

Заходите и выходите только после полной остановки, держитесь за поручни и не делайте резких движений, чтобы не упасть при торможении.

На велосипеде и самокате

Двигайтесь предсказуемо, соблюдайте правила видимости и учитывайте окружающих. Ночью и в плохую погоду особенно важно быть заметным и внимательным.



Природные опасности и безопасное поведение

Гроза начинается неожиданно

На открытой площадке подростки замечают тёмные тучи и слышат первый гром. Здесь важно уйти от деревьев, воды и металлических конструкций, а не снимать опасную ситуацию на телефон.

Предупреждения службы погоды нужно воспринимать сразу.



После сильного ветра во дворе

Во дворе лежат сломанные ветки и повреждённые конструкции, а рядом видны оборванные провода.

Подходить близко нельзя: даже привычное место может стать опасным. Правильное решение — обойти участок и сообщить взрослым.



Весенний паводок у реки

У берега вода подошла слишком близко к дорожке, а грунт стал рыхлым. Любопытство может закончиться падением или уносом течением, поэтому нужно держаться на расстоянии и не выходить к кромке воды без необходимости.



Экстренные службы и номера вызова

Служба	Номер	Когда звонить
Пожарные и спасатели	101	Пожар, авария
Полиция	102	Правонарушение
Скорая помощь	103	Травма, болезнь
Газовая служба	104	Запах газа
112	112	Любая угроза

Запомните, какая служба помогает в конкретной ситуации и что сообщать по телефону.

Главное при звонке — говорить спокойно, назвать адрес, кратко описать происшествие и сообщить о пострадавших.

Защита личных данных в сети



Личные данные

Не публикуйте адрес, номер школы, расписание, телефон и другие сведения, по которым вас можно легко найти или выдать за вас.



Надёжные пароли

Используйте сложные пароли и не передавайте их друзьям, одноклассникам или незнакомым людям, даже если они представляются сотрудниками сервиса.



Подозрительные ссылки

Не переходите по ссылкам из неожиданных сообщений: они могут вести на поддельные страницы входа, где крадут логин, пароль и доступ к аккаунту.



Двухфакторная защита

Дополнительное подтверждение входа помогает сохранить аккаунт, даже если пароль стал известен посторонним или был случайно скомпрометирован.



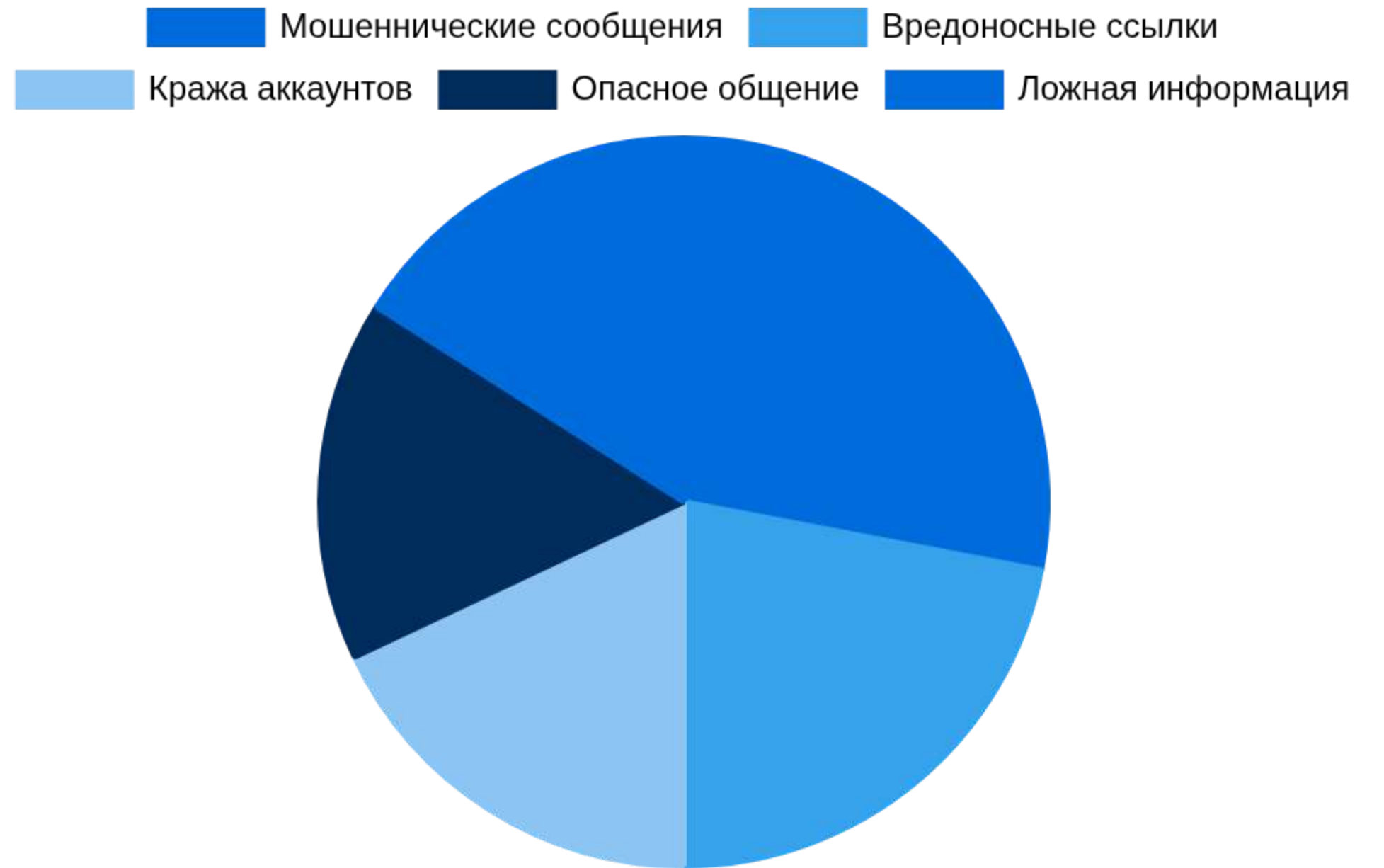
Файлы и сообщения

Скачивайте вложения только из проверенных источников и внимательно читайте текст сообщений: ошибки, срочность и просьба о коде часто указывают на обман.

Какие риски встречаются в интернете чаще всего

Цифровые угрозы часто маскируются под обычные письма, новости или просьбы знакомых, поэтому важно проверять каждый неожиданный контакт.

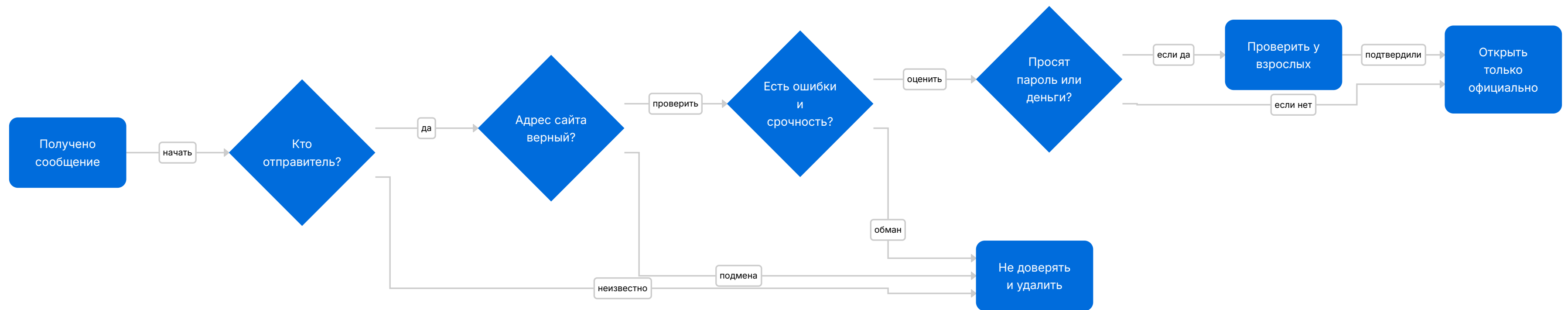
Наибольшую опасность создают не только технологии, но и доверчивость пользователя. Проверка источника снижает риск потери данных и денег.



Обобщение типичных цифровых угроз, используемое в учебных материалах по информационной безопасности

Как проверить сообщение, сайт или ссылку

Алгоритм помогает отличить подлинное сообщение от попытки обмана и не передавать данные неизвестным источникам.



Как поддерживать порядок в местах скопления людей

В толпе особенно важно сохранять спокойствие, заранее замечать выходы и не двигаться против основного потока людей. Это уменьшает риск падений, давки и потери ориентации.

Нельзя оставлять без внимания необычные предметы, резкие запахи, панические крики и нехарактерное поведение окружающих. Своевременное сообщение взрослым или охране помогает быстро предотвратить опасность.

На массовых мероприятиях нужно слушать объявления, следовать указаниям сотрудников и не отделяться от группы без необходимости. Организованное поведение делает безопаснее всех участников.

Действия при обнаружении подозрительного предмета

Действие	Зачем
Не трогать	Исключить риск
Отойти	Сохранить дистанцию
Сообщить взрослым	Вызвать проверку
Не шуметь	Не создавать панику

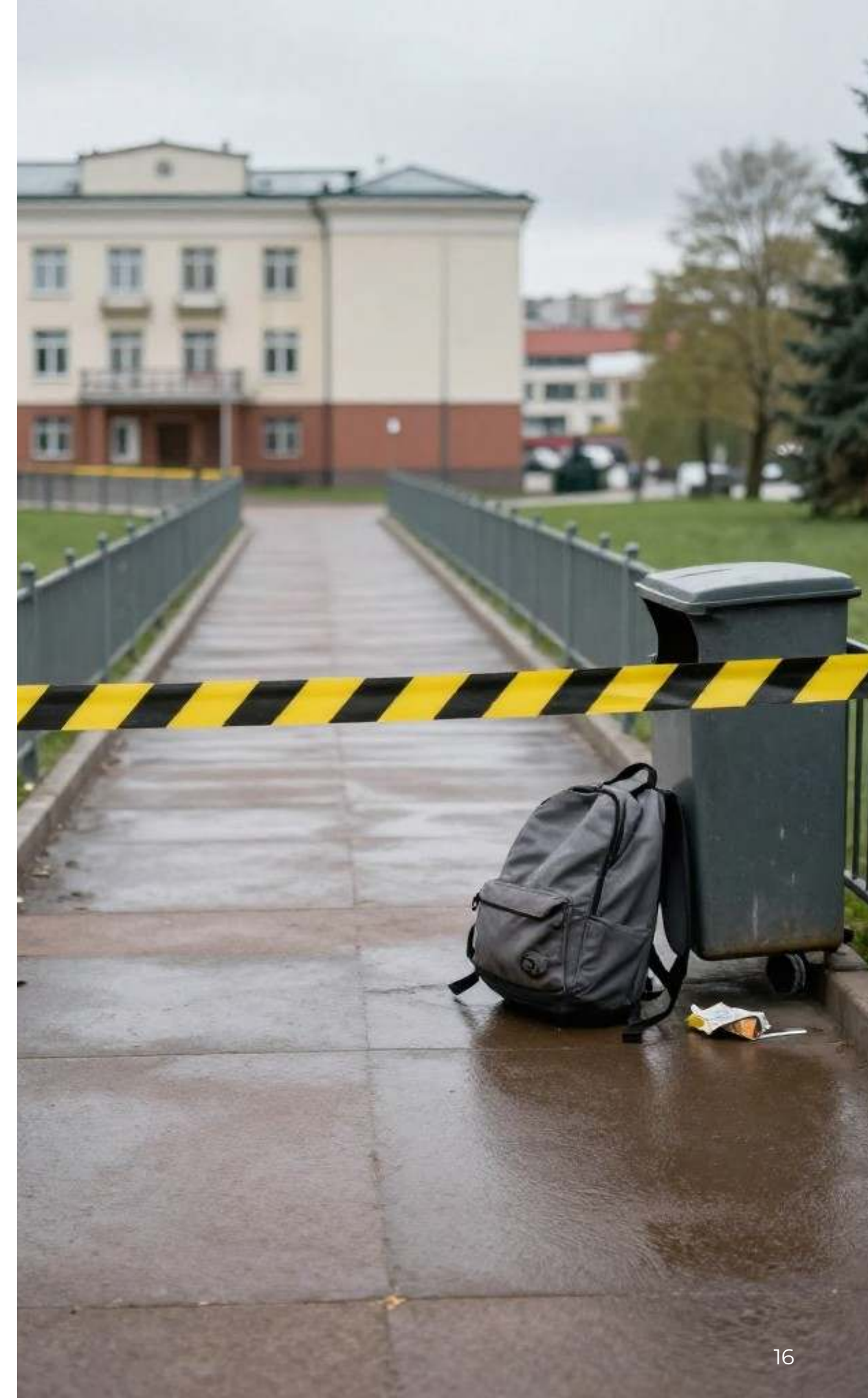
Учебные правила поведения при обнаружении подозрительных предметов

Краткая памятка показывает, как действовать спокойно и без лишнего риска, если найден неизвестный предмет.

Главный принцип — не приближаться и не перемещать находку. Безопасность обеспечивают дистанция, сообщение ответственным людям и отсутствие паники.

Терроризм и экстремизм как угрозы безопасности

- Терроризм и экстремизм опасны тем, что создают страх, нарушают обычную жизнь и подвергают риску случайных людей. В такой ситуации нельзя проявлять любопытство или подходить к ограждённой зоне.
- Если рядом замечены подозрительные предметы, неизвестные лица или сообщения об опасности, нужно немедленно сообщить взрослым и следовать указаниям служб. Самостоятельные действия без подготовки могут увеличить угрозу.



Как граждане участвуют в государственной безопасности



Соблюдение законов

Исполнение правил и уважение к закону помогают поддерживать порядок, защищать права людей и предотвращать конфликты в повседневной жизни.



Ответственность за общее

Бережное отношение к школе, двору, транспорту и городскому имуществу снижает число повреждений и делает среду безопаснее для всех.



Помощь в трудной ситуации

Готовность сообщить о беде, помочь пострадавшему без риска для себя и вызвать экстренные службы делает помощь своевременной и эффективной.



Информационная осторожность

Проверка фактов, отказ от слухов и уважение к личным данным уменьшают распространение паники, обмана и вредной информации.



Общественная ответственность

Участие в общих правилах, дисциплина и уважение к окружающим укрепляют безопасность района, школы и страны в целом.

Уровни безопасности в жизни человека

Каждый уровень требует своих привычек: дома, в классе, на улице и в цифровой среде важны разные, но взаимосвязанные правила.

Безопасность работает как система: слабое звено на любом уровне отражается на остальных. Поэтому полезно развивать осторожность и ответственность ежедневно.

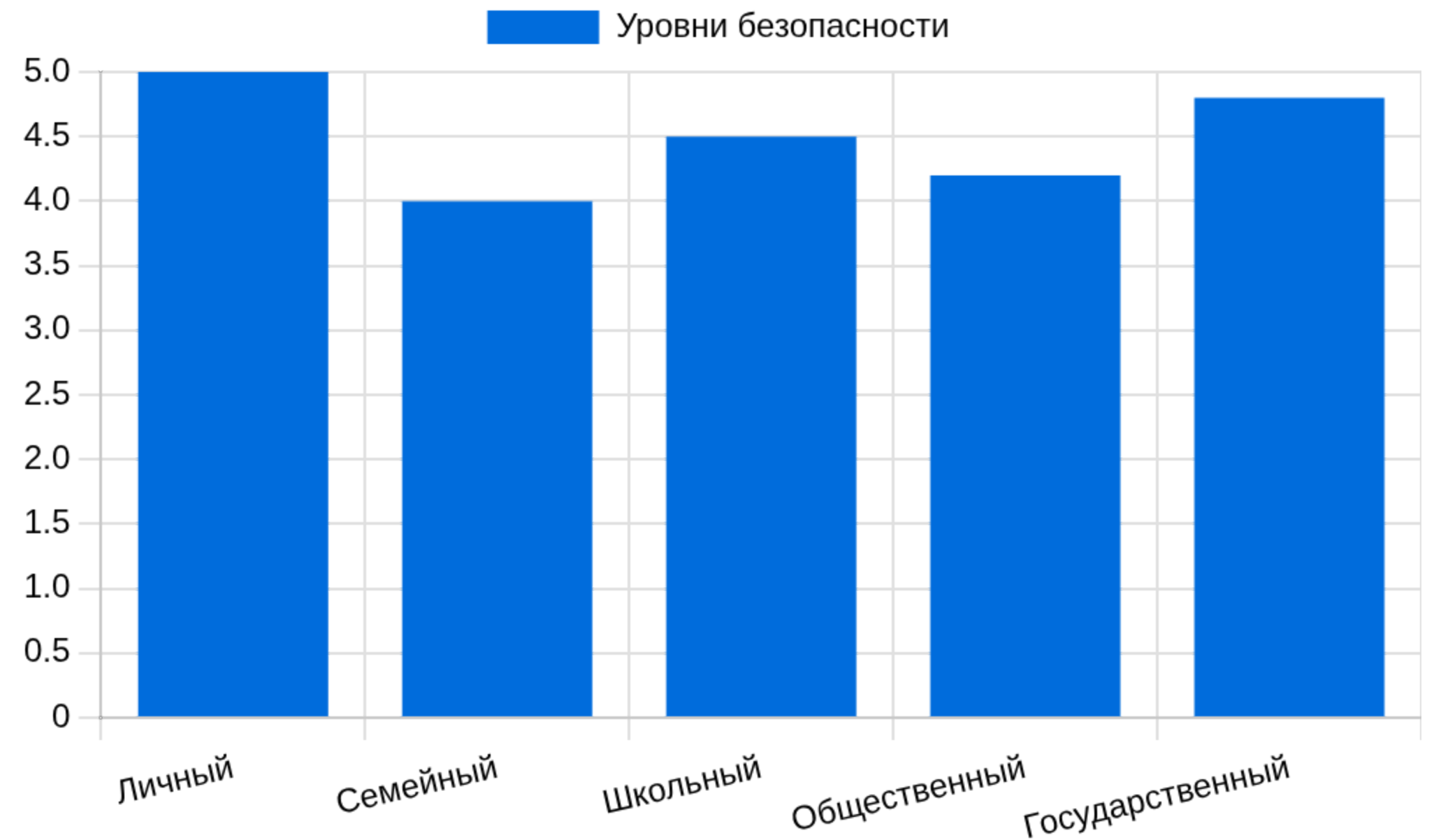


Схема уровней безопасности, подготовленная на основе содержания курса ОБЗР

Навыки, которые реально повышают безопасность

Наблюдательность и самообладание помогают вовремя заметить опасность, не поддаваться панике и принять простое правильное решение в доме, школе, на улице или в транспорте.

Знание адреса, телефонов близких и номера 112 позволяет быстро сообщить о происшествии и получить помощь, когда рядом нет взрослых.

Базовые навыки первой помощи при ушибах, ожогах и порезах полезны до приезда специалистов, если действовать спокойно и не создавать дополнительного риска.

Ответственность за младших, умение работать в команде и проверять информацию перед доверием особенно важны в цифровой среде и при общении с людьми.

Безопасность начинается с ежедневных привычек

Безопасность личности, общества и государства зависит от внимательности, дисциплины и ответственности. Ежедневные правильные решения защищают здоровье, жизнь и будущее каждого человека.