



# **Риски: почему эта тема важна в жизни и на уроках английского**

Риски вокруг нас каждый день: дома, в школе, онлайн и на улице.



## Что значит risk и зачем это слово нужно

In English, risk means danger, loss, or an unwanted result. This topic helps students describe real situations, talk about safety rules, and explain simple choices clearly and confidently.

# Ключевая лексика по теме Risks

## Основные слова

Выучите слова risk, danger, safe, unsafe, protect, avoid, warning, accident, injury и mistake. Они помогают точно описывать опасные ситуации и говорить о безопасности простыми фразами.

## Полезные выражения

Часто используются take a risk, be at risk, reduce the risk, make a safe choice, check the information и ask for help. Эти выражения подходят для диалогов и коротких ответов.

## Причина и следствие

Для объяснения рисков нужны связки because, so, if, when и although. Они помогают показать, почему ситуация опасна, что может случиться и как можно изменить результат.

## Речь на уроке

Эта лексика полезна в заданиях A2–B1: можно описать проблему, предложить безопасное решение и кратко аргументировать мнение без сложных конструкций и длинных объяснений.

# Где подростки чаще всего сталкиваются с рисками

Чаще всего опасность появляется в обычных ситуациях, которые повторяются каждый день и кажутся привычными.

Цифровая среда занимает первое место, поэтому навыки безопасного поведения онлайн особенно важны.



По данным, приведённым в задании презентации

# Road safety: risks on the street and on the way to school



## Переход дороги

Опасность растёт, когда пешеход идёт на красный свет или переходит дорогу в спешке. Важно смотреть по сторонам, соблюдать сигналы светофора и не отвлекаться на телефон.

## Вечер и одежда

Тёмная одежда вечером делает человека менее заметным для водителей. Лучше выбирать светлые или отражающие элементы, особенно если путь домой проходит по плохо освещённой улице.

## Внимание на улице

Наушники и телефон уменьшают внимание к машинам, велосипедам и другим людям. Особенно опасно идти так рядом с дорогой, на поворотах и в местах с плохой видимостью.

## Опасные места

Игры возле дороги, резкий выход из-за автобуса и движение между машинами создают высокий риск. Безопаснее ждать на остановке, не выбегать на проезжую часть и держаться подальше от транспорта.

# How to judge a risk quickly: probability, damage, action

| situation           | probability | damage | action       |
|---------------------|-------------|--------|--------------|
| forgotten password  | medium      | low    | change it    |
| falling on stairs   | medium      | high   | use handrail |
| strange link online | high        | high   | do not open  |

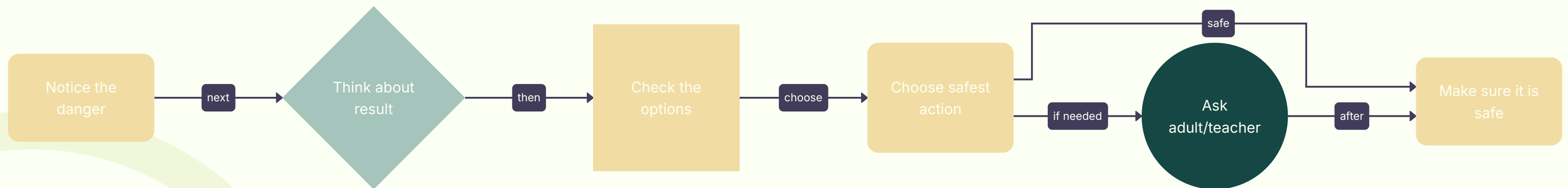
Эта таблица показывает, как быстро оценить ситуацию по вероятности, возможному ущербу и нужному действию.

Даже короткая проверка помогает выбрать безопасное действие: чем выше возможный вред, тем осторожнее должен быть ответ.

По материалам презентации

# Алгоритм *safe decision-making*

Схема для обсуждения безопасных решений дома, в школе, на улице и в интернете.



# Digital risks: what is dangerous online



## Фишинговые ссылки

Поддельные ссылки могут выглядеть как сообщения от банка, игры или магазина. Они просят ввести пароль или данные карты, а затем используют их без разрешения.



## Ложные аккаунты

Незнакомые профили и чаты часто маскируются под друзей или организаторов конкурсов. Если человек спешит ответить, риск ошибиться и поделиться личной информацией становится выше.



## Слабые пароли

Когда пароль простой или повторяется на разных сайтах, аккаунт легче взломать. Надёжный пароль должен быть длиннее и сложнее для угадывания.



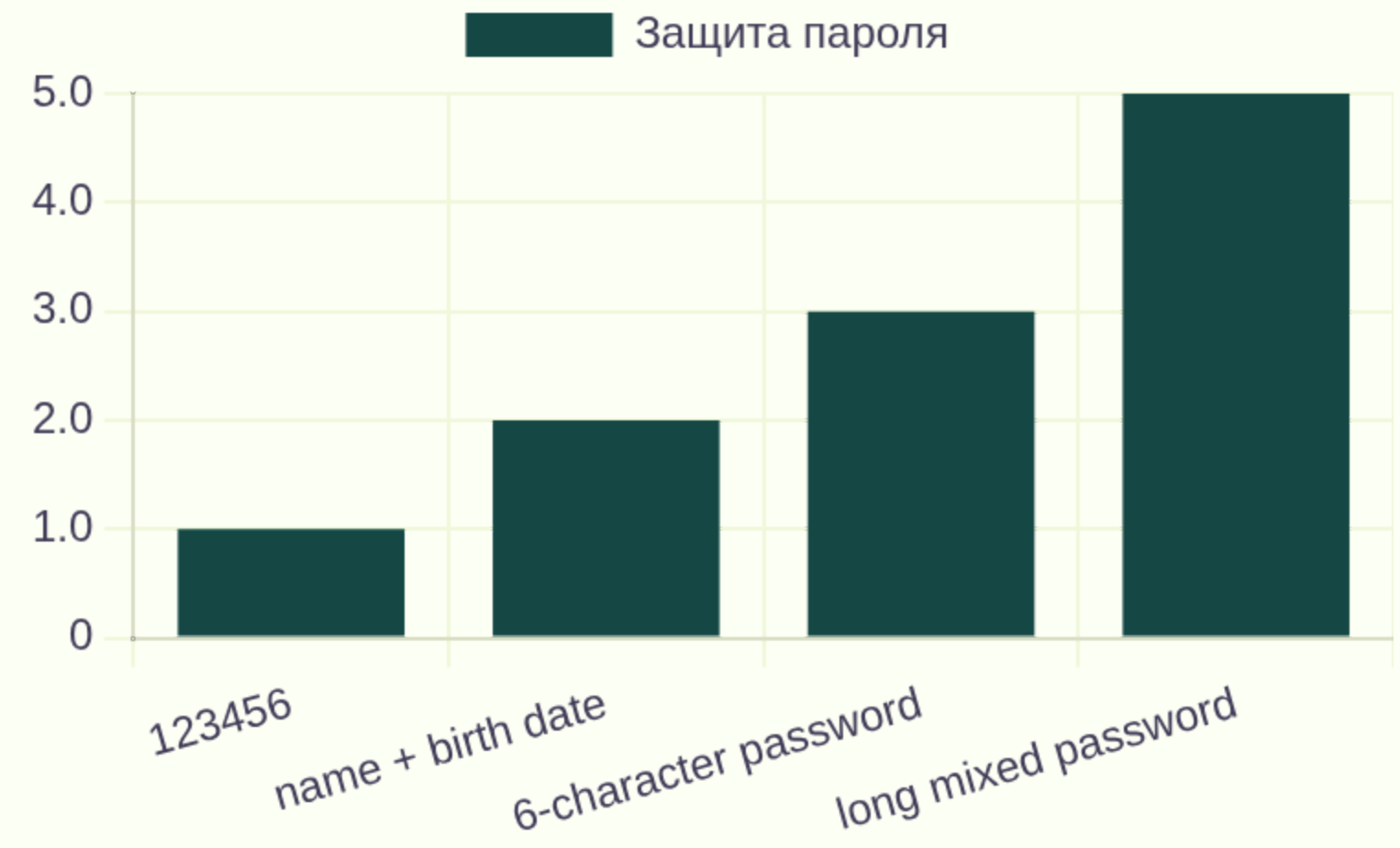
## Privacy first

Адрес, номер телефона, школа и геолокация не должны попадать к посторонним. Чем меньше открытых данных в профиле, тем ниже риск мошенничества и неприятных последствий.

# Why strong passwords matter

Чем сложнее пароль, тем труднее его подобрать или взломать с помощью простых попыток.

Удобство не должно быть важнее безопасности: длинный пароль даёт заметно лучшую защиту аккаунта.



По материалам презентации

# Social risks and peer pressure

## 1 Давление группы

Подросток может согласиться на рискованное действие, если боится выглядеть смешно или «не таким, как все». Важно замечать момент, когда желание понравиться сильнее здравого смысла.

## 2 Опасные поступки

К рискам относятся опасные челленджи, грубые шутки, сокрытие проблемы и ответ «да» без обдумывания. Такие решения часто кажутся безобидными только в начале.

## 3 Сигналы тревоги

Если появляется страх, стыд, сильное давление или ощущение, что решение небезопасно, лучше остановиться. Эти чувства помогают понять, что ситуация требует осторожности.

## 4 Как поступить

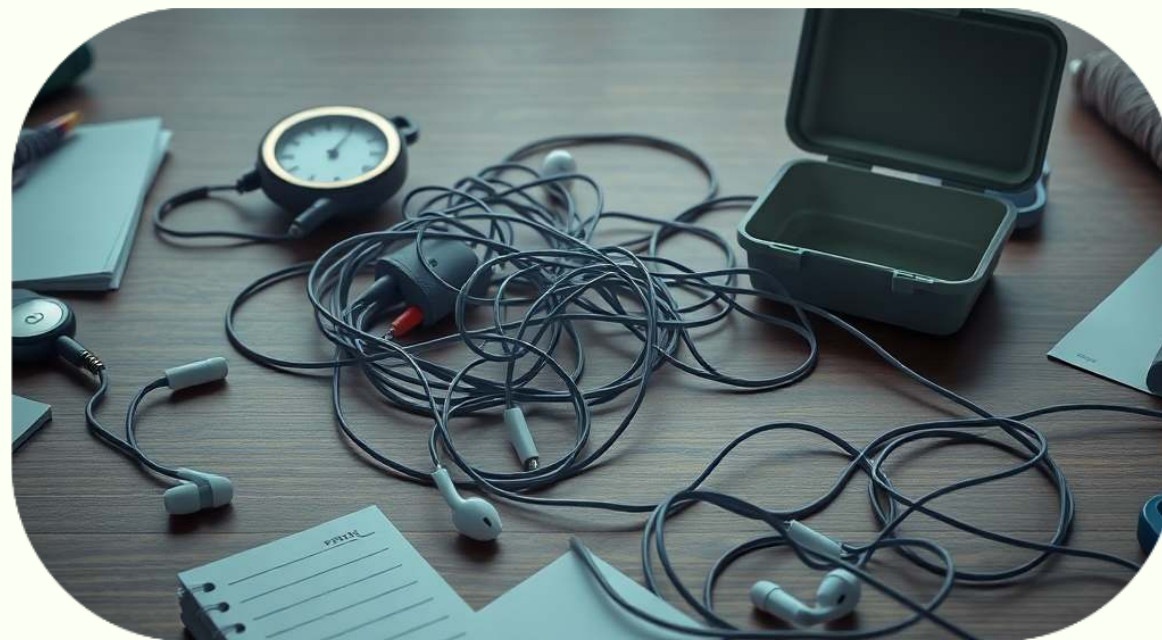
Безопаснее сделать паузу, сказать, что нужно подумать, и обсудить ситуацию с взрослым или другом, который умеет спокойно оценивать последствия.

# Стресс как скрытый риск для школьников



## Когда время уходит слишком быстро

У Маши в рюкзаке лежат учебники, а на телефоне непрерывно появляются уведомления. Домашнее задание еще не начато, а на часах уже поздний вечер. В такой спешке легко забыть важные детали и сделать лишние ошибки.



## Слишком много дел в один день

Денис пытается успеть на кружок, ответить друзьям и повторить правила к уроку. Тетрадь открыта, но внимание постоянно уходит в сторону. Когда задач слишком много, растут усталость, раздражение и желание отложить работу.



## Невидимая усталость перед уроками

После позднего сна Аня сидит за партой с тяжелой головой и зевает. Ей трудно сосредоточиться, запомнить новое и спокойно работать. Чем меньше отдыха, тем выше риск пропустить важное и почувствовать себя неуверенно.

# Common sources of stress in Grade 9

| source        | example        | risk        | reduce          |
|---------------|----------------|-------------|-----------------|
| homework      | late work      | tiredness   | plan in parts   |
| conflicts     | argument       | anxiety     | talk to adult   |
| lack of sleep | late bedtime   | mistakes    | 8-10 hours      |
| tests         | fear of grades | nervousness | revision breaks |

Таблица показывает самые частые источники стресса и простые способы снизить их влияние в 9 классе.

Стресс чаще связан не с одной большой проблемой, а с накоплением повседневных нагрузок. Помогают планирование, сон, поддержка и короткие паузы.

Школьные ситуации, типичные для 9 класса

# What helps reduce risks most often

Самые полезные действия обычно простые и повторяются каждый день: остановиться, подумать и проверить ситуацию перед решением.

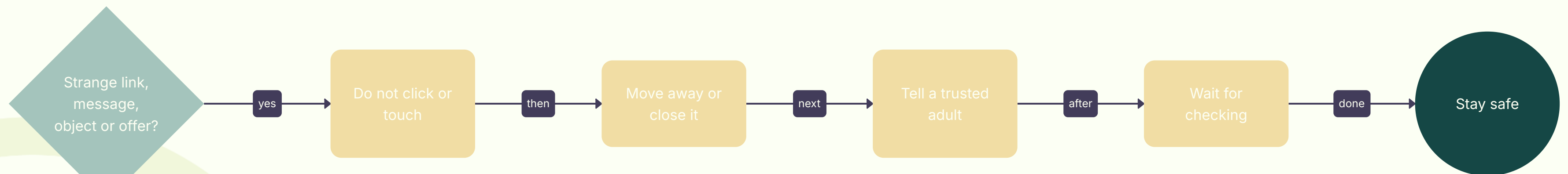
Лидирует привычка делать паузу перед действием. Остальные способы работают почти так же часто, поэтому безопасность строится на регулярных мелких шагах.



Обобщение учебных примеров по теме risks

# Что делать в неизвестной или опасной ситуации

Последовательность действий для школы, дома и интернета: сначала остановиться, затем проверить ситуацию и обратиться за помощью.



# Risks in sports and active games



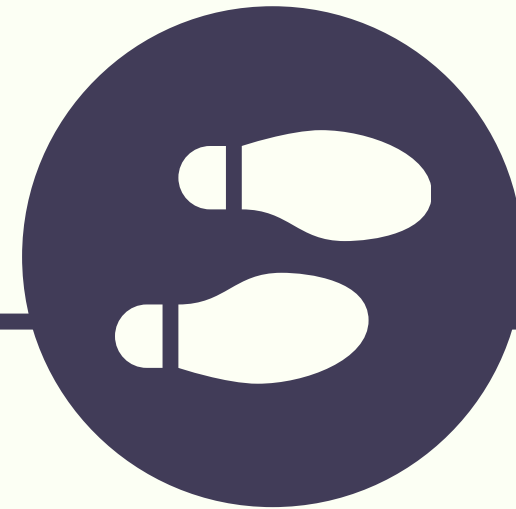
## Без разминки

Если начать игру без разминки, мышцы и суставы хуже готовы к нагрузке. Тогда возрастает риск потянуть ногу, упасть или получить ушиб уже в первые минуты.



## Слишком большая скорость

Когда ребенок торопится и не контролирует движения, он чаще теряет равновесие и сталкивается с другими. На мокрой поверхности или после усталости такой риск становится выше.



## Неподходящее снаряжение

Скользкая обувь, отсутствие шлема или наколенников делают травму более вероятной. Правильное снаряжение не убирает опасность полностью, но заметно снижает возможный вред.



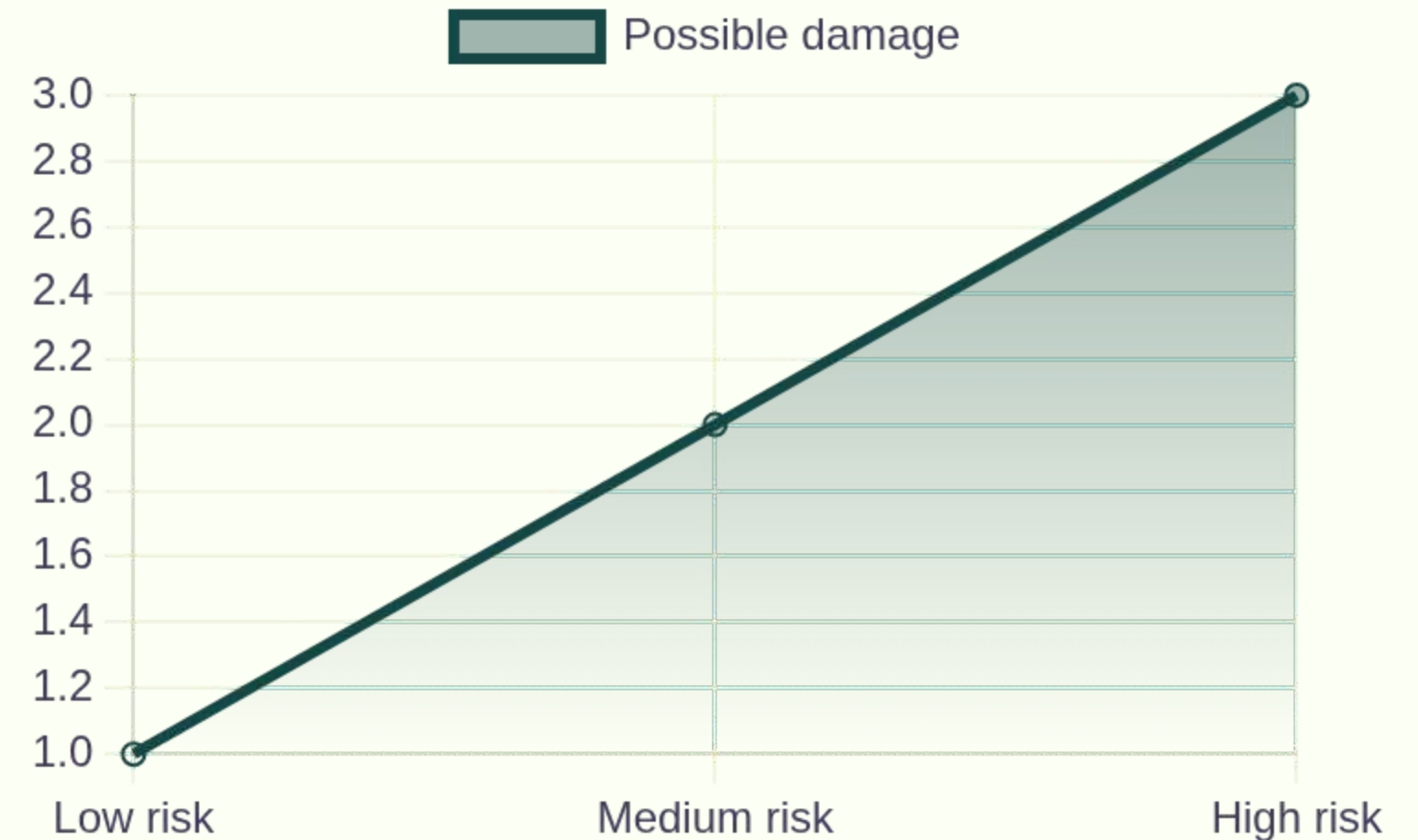
## Нарушение правил

Если игрок продолжает занятие через боль или игнорирует правила команды, маленькая проблема быстро превращается в injury. Важно вовремя остановиться, сказать взрослому и выбрать безопасное решение.

# How risk level changes the possible result

Одна и та же ошибка может привести к разным последствиям, если ситуация меняется по масштабу и условиям.

Чем выше риск, тем серьезнее возможный ущерб. Поэтому важно оценивать не только саму ситуацию, но и ее последствия.



Учебное обобщение типичных школьных ситуаций

# English phrases for talking about risk

## Говорим о опасности

Фраза It is dangerous to... помогает прямо назвать риск. Ее удобно использовать в коротких ответах, когда нужно объяснить, почему действие не стоит выполнять.

## Выбираем безопаснее

Структура It is safer to... показывает более разумный вариант. Она полезна, если нужно сравнить два решения и выбрать то, которое меньше вредит здоровью или безопасности.

## Советуем и предупреждаем

We should... и We shouldn't... подходят для советов в паре или группе. Эти модели помогают говорить просто, но вежливо, без сложных грамматических форм.

## Объясняем последствия

If we do this, then... и This may cause... помогают связать действие и результат. С их помощью легко показать, что одно неверное решение может привести к проблеме.

# Personal rules that reduce risk every day

| rule                 | example       |
|----------------------|---------------|
| Do not hurry         | check first   |
| Do not share data    | no password   |
| Do not go alone      | use lit route |
| Do not hide problems | tell someone  |

Повседневные правила  
безопасности для подростков

Короткие правила помогают  
действовать спокойно  
и не терять контроль в школе,  
дома и онлайн.

Большинство рисков снижается,  
когда человек не спешит,  
не раскрывает личные данные  
и сразу обращается за помощью.  
Простые правила работают  
в любой среде.

# Examples of safe behaviour



## На дороге

Безопасное поведение начинается с простых привычек: переходить улицу по зебре, смотреть по сторонам и не отвлекаться на телефон. Такие действия уменьшают риск в обычной дороге.

## В спорте

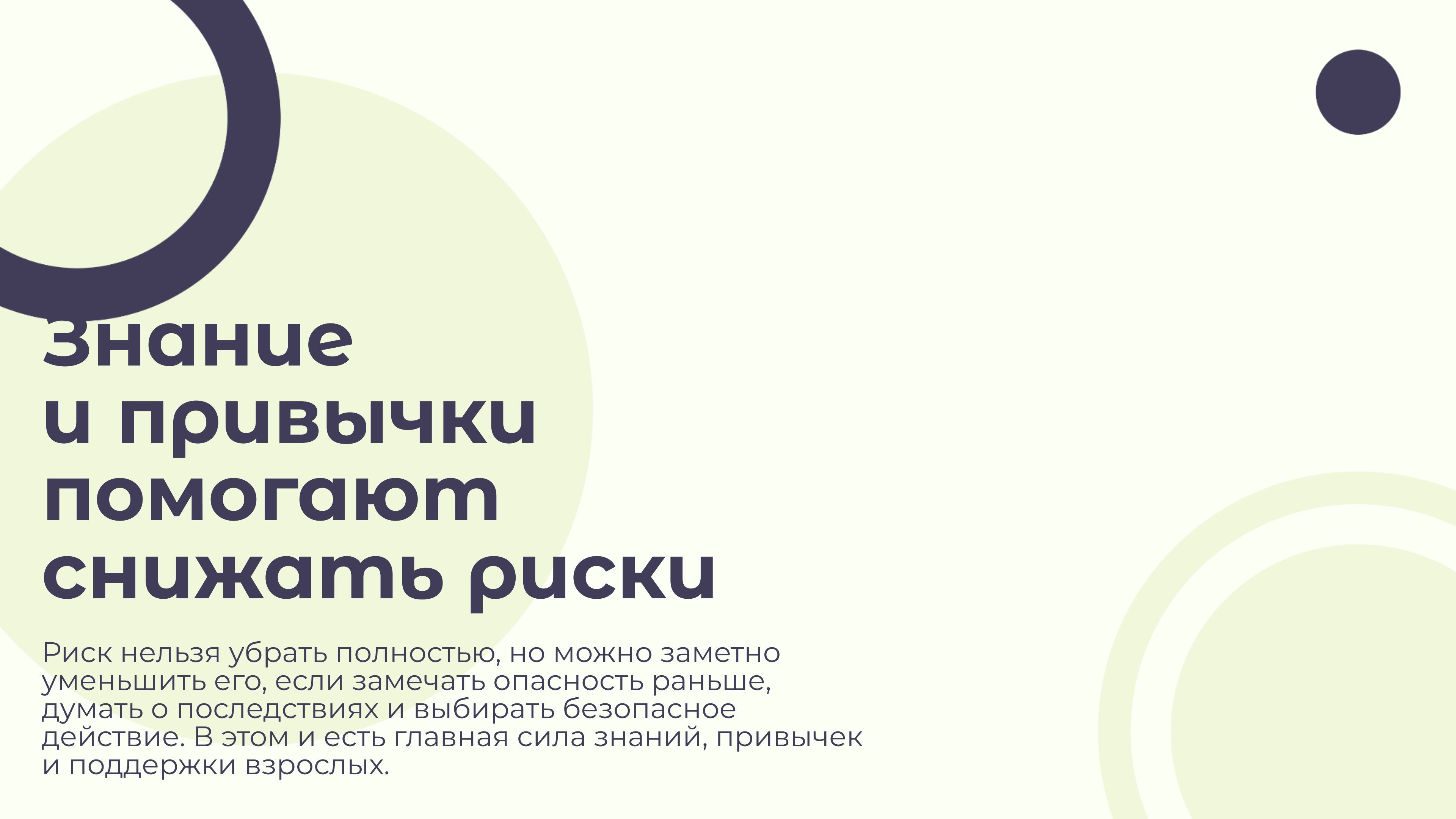
Шлем, наколенники и разминка помогают защитить тело во время катания, игр и тренировок. Даже при небольшой усталости лучше соблюдать правила и не ускоряться без контроля.

## В интернете

Сильный пароль, закрытый профиль и осторожность с сообщениями от незнакомцев защищают личные данные. Если что-то выглядит странно, лучше обсудить это со взрослым.

## В общении

Безопасное общение значит не молчать о тревожной ситуации и не соглашаться сразу из-за давления. Если есть сомнение, разумнее остановиться и попросить помощи.



# **Знание и привычки помогают снижать риски**

Риск нельзя убрать полностью, но можно заметно уменьшить его, если замечать опасность раньше, думать о последствиях и выбирать безопасное действие. В этом и есть главная сила знаний, привычек и поддержки взрослых.