

Г.К. Голубева

## КОПИЛКА УЧИТЕЛЯ ОБЖ

Владимир 2011

### **I. Изучение нового материала в игре**

Изучение нового материала в игре можно проводить разными способами. Самым простым является разделение класса на команды с выдачей учебников. Перед учащимися ставятся цели и задачи. Командам раздаются заранее подготовленные учителем вопросы в конвертах. Та команда, которая сдаст первой выполненное задание, считается победившей. Лучше при изучении нового материала в игре иметь графическое изображение – разное в зависимости от темы урока (см. Г.К. Голубева, А.Г. Бугаева, Игровые методы обучения. Пособие с дидактическими материалами. – Владимир, 2006). Простейшее из них – лесенка. В начале урока после организационного момента учитель объявляет тему игры – тему нового материала. Он ставит задачи и цели, рассказывает о правилах игры, сообщает, что в процессе объяснения нового материала, он будет ставить вопросы, на которые ученики должны будут ответить. Каждый ответ на вопрос учителя означает право перехода на следующую ступень. Играющие начинают игру с первой ступени, прикрепляя флажки ко всем последующим по мере игры. Победителем считается игрок или команда, первыми поместившими флажок на вершине лестницы. Обычно ступеней столько же, сколько вопросов.

Готовясь к игре, учитель перерабатывает материал параграфа так, чтобы он принял вопросно-ответную форму. Учитель располагает вопросы так, чтобы ученики подошли к выводу, который должен прозвучать в конце урока исходя из темы.

## РОССИЯ В МИРОВОМ СООБЩЕСТВЕ

Россия – наша родина, где мы с вами родились, где жили наши предки, и где, вероятнее всего, будут жить ваши дети. Любовь к родине – естественное чувство каждого человека, гражданина этой страны. Она воспитывается в каждом человеке как любовь к матери, к родному дому, как любовь к нашей стране, к ее людям, культуре, обычаям. Это вызывает стремление внести свой вклад в то, чтобы наша страна стала прекраснее. А жизнь в ней лучше. Чтобы любить свою родину и быть патриотом, необходимо знать, что представляет собой наше государство, и каково его место в мировом сообществе.

В наше время Россия является одной из крупнейших стран мира с многовековой историей и богатыми культурными традициями.

| Вопросы учителя   | Ответы учащихся  |
|---|--|
| Вопрос: где расположена Россия?   | На Востоке Европы и Севере Азии.   |
| Какое место по площади занимает Россия?   | Первое. 1/7 часть суши. По площади она занимает 17,1 млн км <sup>2</sup> . Для сравнения – Китай – 9,3; Канада и США – по 9,2. |
| Какие ландшафты можно встретить на территории России?   | На территории России можно встретить все ландшафты умеренного пояса Земли - от полярных пустынь до субтропиков.                |
| Сколько часовых поясов на территории России?  | 11 часовых поясов.   |
| Россия – одна из богатейших стран мира, где есть важнейшие стратегические ресурсы.  |  |
| Какие?  | Образованное население (около 140 млн. чел); передовые технологии (ядерные, космические, авиационные).                         |
| Для обеспечения России созданы и действуют самые современные металлургические и химические технологии.<br>В России имеются крупные залежи полезных ископаемых – до 40% мировых запасов. |  |

|  |  |
|--|--|
| Какие?   | Нефть, газ, каменный уголь, алмазы.                |
| <p>Россия занимает первое место в мире по площади неосвоенных земель. Это важнейшие экономические, туристические и экологические ресурсы нашей страны. В России есть все необходимое для того, чтобы стать одной из самых развитых стран на Земле.</p> <p>Место России в мировом сообществе определяется расположением ее по отношению к другим государствам, военным и политическим союзом, источником сырья, рынком сбыта продукции, мировым торговым путям. Оно может быть выгодным или не выгодным. И зависит от многих факторов, внешних и внутренних условий, от политики, которую проводит правительство РФ внутри и в отношении других государств.</p> |  |
| Перечислите национальные проекты, которые реализует правительство РФ.  | Наука, культура, образование.<br>Медицина.<br>ЖКХ. |
| РФ была провозглашена как независимое государство. Когда?  | 12 июня 1991 г.                                    |
| <p>В этот день была принята «Декларация о государственном суверенитете РСФСР. Этот день является днем образования современной России. Согласно Конституции (Ст.1), наша страна является демократическим федеральным правовым государством с республиканской формой правления.</p>  |  |

|   |   |
|---|---|
| <p>В соответствии с указом президента РФ от 13 мая 2000 г. в России создано 7 федеральных округов.</p>  |   |
| <p>Перечислите их.</p>  | <p>Центральный, Северо-западный, Приволжский, Южный, Уральский, Сибирский, Дальневосточный.</p> |
| <p>Немного статистики. Сколько в РФ проживает наций и народностей?</p>  | <p>Около 100.</p>   |
| <p>Какой этнос по численности на первом месте?</p>  | <p>Русские (82%), далее – татары, украинцы, чувашаи.</p>  |
| <p>Россия продолжает играть важную роль, несмотря на некоторые трудности внутреннего порядка, и на сложную международную обстановку. В перспективе все больше обозначается широкая интеграция в мировую экономику, расширение сотрудничества с международными экономическими и финансовыми институтами.</p> <p>Объективно сохраняется общность интересов других государств по многим проблемам международной безопасности, включая противодействие распространению оружия массового уничтожения, предотвращение и урегулирование конфликтов, борьбу с международным терроризмом и наркобизнесом, решения острых экологических проблем глобального характера.</p> <p>В настоящее время важным аспектом определяющим внешнеполитические подходы России к сотрудничеству и установлению связей с другими странами мира, являются</p> |   |

|   |   |
|---|---|
| <p>равноправные взаимовыгодные отношения.</p> <p>РФ – евразийское государство, и поддерживает связи с государствами Запада и Востока, а также международными организациями.</p>   |   |
| <p>Какие организации, с которыми сотрудничает РФ вы знаете?</p>   | <p>ОБСЕ – организация по безопасности и сотрудничеству в Европе; ЕЭС – европейский союз (главный партнер РФ); ООН и Совет безопасности ООН; СНГ; ШОС.</p> |
| <p>Отношения с СНГ – важнейшее направление во внешней политике РФ.<br/>Каковы цели и задачи СНГ?</p>  | <p>Развитие политического, военного, экономического и культурного сотрудничества между государствами, входящими в него.</p>                               |
| <p>Почему для РФ важно тесное сотрудничество со странами СНГ?</p>   | <p>Потому что в них проживает более 20 млн. русского и русскоязычного населения.</p>  |
| <p>Россия постоянно расширяет сотрудничество с США в политической, экономической сферах, и поддерживает усилия по борьбе с международным терроризмом. В отношениях с США РФ руководствуется необходимостью строго соблюдения норм международного права и собственными национальными интересами.</p> <p>Россия – одна из богатейших стран мира, и имеет все возможности стать одной из ведущих мировых держав.</p> |   |
| <p>От чего это будет зависеть?</p>  | <p>Это будет во многом зависеть от поведения и отношения молодого подрастающего поколения России к настоящему и будущему своей страны.</p>                |

|  |  |
|--|--|
| <p>Молодому поколению необходимо научиться с уважением и ответственностью относиться ко всему богатству России, к ее историям, традициям и культуре, сохранять и приумножать их.</p> <p>Каждый человек, гражданин России, должен беречь и приумножать ее национальное достояние, должен глубоко понимать, в чем заключаются национальные интересы государства, и делать все от него зависящее для их сохранения.</p> <p>Россиянам необходим динамичный коллективный разум и высокий уровень ответственности за благополучие и безопасность своей страны – РФ. Это особенно актуально для молодого поколения.</p> |  |
|--|--|

УРОК  
«ВОЕННАЯ УГРОЗА НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ РОССИИ»

Цели:

- а) образовательная: усвоить сущность понятия «оборона государства», ознакомиться со спектром основных внешних, внутренних и трансграничных угроз;
- б) воспитательная: способствовать развитию чувства патриотизма и активной гражданской позиции;
- в) развивающая: способствовать развитию аналитических способностей, навыков индивидуальной деятельности и командной работы.

Ход урока

| Деятельность учителя  | Деятельность учащихся   |
|---|---|
| <p>Вступительное слово</p> <p>В начале XXI в. Россия находится на новом этапе исторического развития. Ведется переоценка национальных ценностей и согласования интересов личности, общества и государства. Происходит дальнейшее развитие социально-экономических, политических, правовых, этнических связей и отношений. Изменяются подходы к обеспечению национальной безопасности России. Вам известно, что военная сила некоторых государств решала исторические судьбы мира.</p> |   |
| <p>Вопрос:<br/>Как вы думаете, важно ли для нас и для нашего государства, чтобы Россия XXI в. была сильной державой. Аргументируйте свой выбор.</p>   | <p>Ответ:<br/>Да, потому что сильная держава Россия не боится нападения других государств, и может дать отпор любой агрессии.</p>                 |
| <p>Вопрос:<br/>Какая структура РФ приобретает особое значение для обеспечения безопасности нашей страны в мире?</p>   | <p>Ответ:<br/>Армия, вооруженные силы РФ.</p>   |
| <p>Вопрос:<br/>Какую роль выполняют ВС РФ.</p>  | <p>Ответ:<br/>Дают отпор агрессору, нападающим войскам противника и т.д.</p>  |
| <p>Вопрос:<br/>Что такое «отпор»? Как иначе назвать это явление?<br/>Верно. Оборона государства.</p>  | <p>Ответ:<br/>Оборона.</p>  |
| <p>Вопрос:<br/>Какое определение можно дать этому слову? Иначе говоря, что такое «оборона государства»?</p>   | <p>Ответ:<br/>Оборона – это система политических, экономических и правовых мер по подготовке к защите, и вооруженная защита РФ, целостности и</p> |



|   |  |
|---|--|
|   | неприкосновенности ее территории.  |
| Вопрос:<br>Какой главный закон РФ вы знаете?  | Ответ:<br>Конституция РФ.  |
| Оборона государства осуществляется в соответствии с Конституцией РФ и другими Федеральными законами и нормативно-правовыми актами.  | Слушают.   |
| Вопрос:<br>Как осуществляется оборона государства?  | Ответ:<br>У нас есть вооруженные силы, которые выполняют функцию обороны.  |
| Вопрос:<br>Что делает государство для того, чтобы существовала армия?   | Ответ:<br>Устанавливает воинскую обязанность граждан.  |
| Воинская обязанность устанавливается в соответствии со Ст. 59 Конституции РФ, где отмечено, что защита Отечества является долгом и обязанностью граждан РФ. В Конституции определены правовые основы и наиболее значимые нормы по организации обороны государства и руководству ВС РФ.  | Слушают.   |
| Вопрос:<br>Какие военные угрозы национальной безопасности России, нейтрализация которых является функцией ВС РФ, вы знаете?   | Ответ:<br>Внешние, внутренние угрозы, терроризм, агрессия других государств, вооруженные провокации и т.д.   |
| Класс делится на группы «круглых столов». Предлагается командная работа с учебником.<br>Откройте учебник на стр. 47. Какая группа приведет большее количество примеров в соответствии со сведениями СМИ для раскрытия теоретического описания угроз национальной безопасности государства из учебника, считается победившей. На работу дается 10 минут. Каждая группы формулирует перечень примеров коллегиально, и по истечении отведенного времени предоставляет список капитану команды для его оглашения. | 1. Работают с учебником.<br>2. Формулируют перечень примеров угроз национальной безопасности по классификации учебника.<br>3. Оглашают списки, обсуждают правильность вариантов, предложенных командами соперников.<br>4. Подводится итог игры, определив победителя |
| Вопрос:<br>Каково значение ВС РФ для России?  | Делают вывод по теме урока.<br>ВС РФ играют главную роль в обеспечении военной безопасности государства.   |

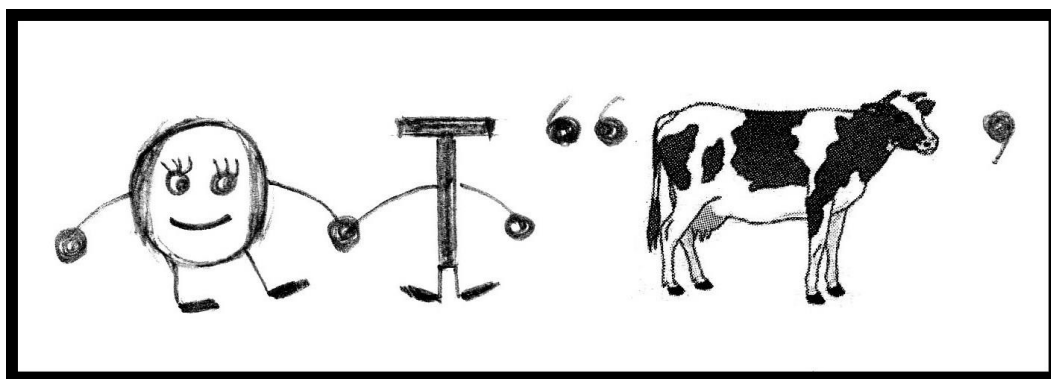
## II. Ребусы, кроссворды и криптограммы

1. Разгадайте ребус, где зашифровано слово, относящееся к элементам гигиены.



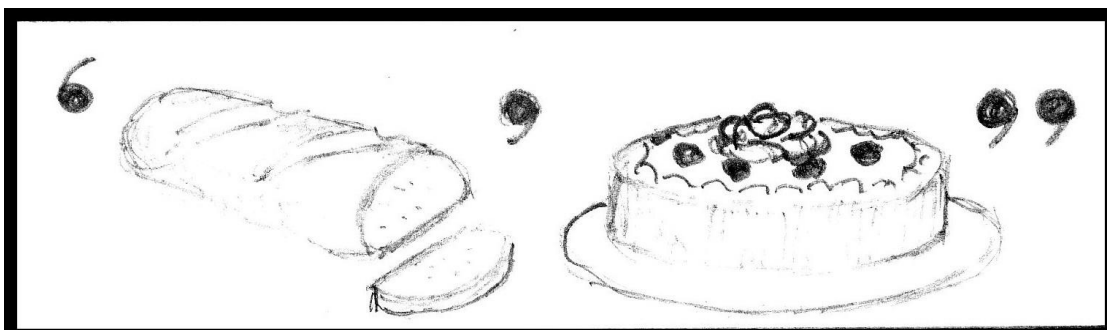
Ответ: Стрижка

2. Разгадайте ребус, где зашифровано слово, относящееся к теме «Автономное существование в природных условиях».



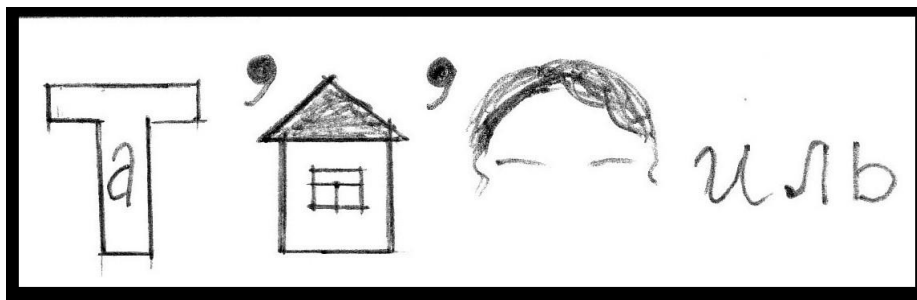
Ответ: Остров.

3. Разгадайте ребус, где зашифровано слово, обозначающее период года.

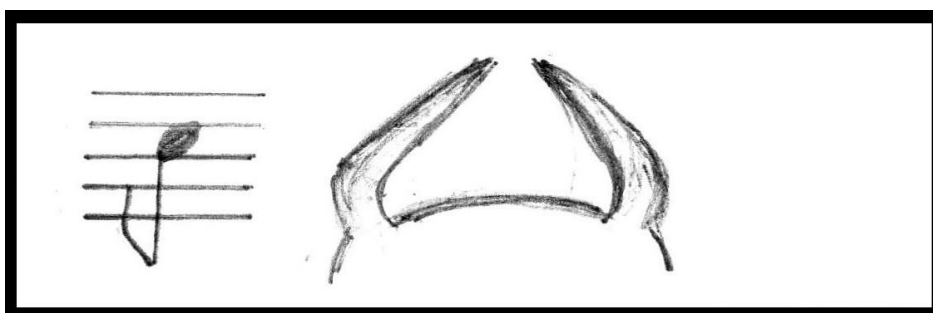


Ответ: Лето.

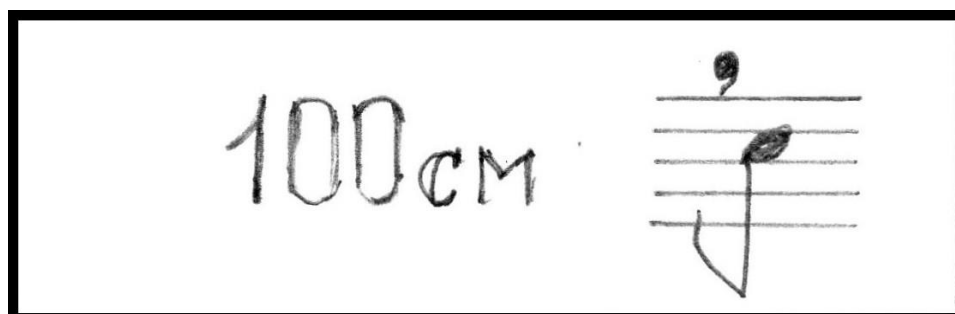
4. Разгадайте ребусы, где зашифрованы слова, относящиеся к теме «Безопасность дорожного движения».



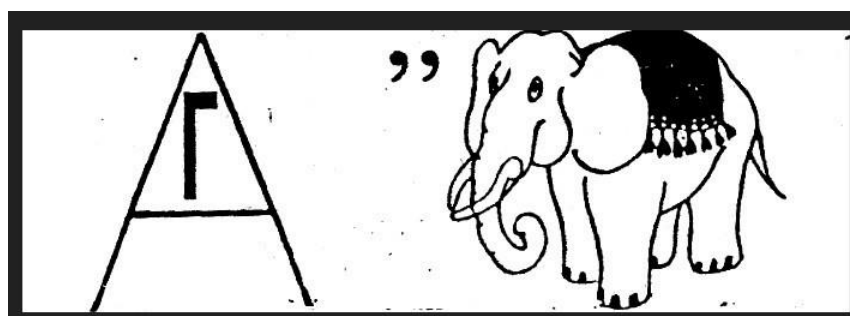
Ответ: Автомобиль.



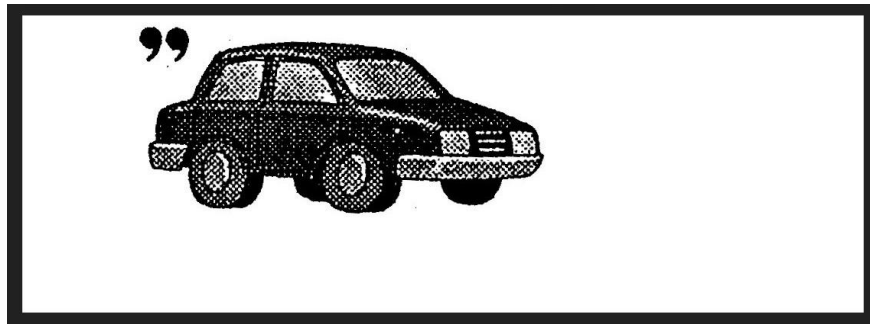
Ответ: Дорога.



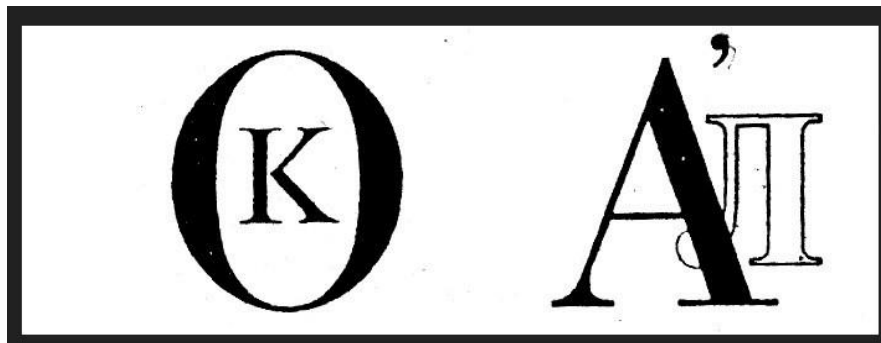
Ответ: Метро.



Ответ: Вагон.



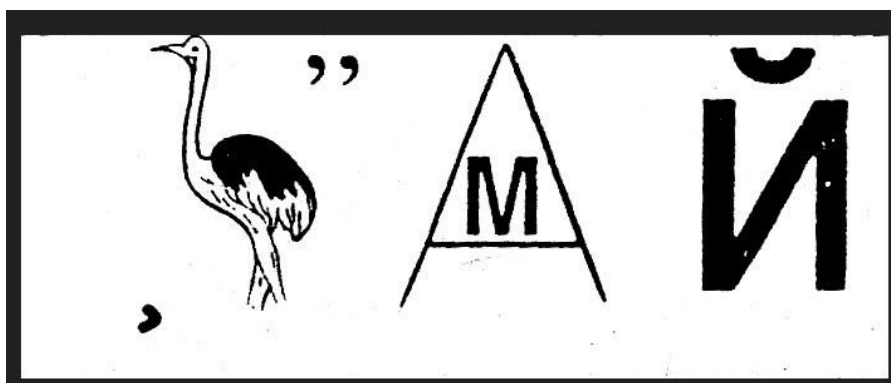
Ответ: Шина.



Ответ: Вокзал.



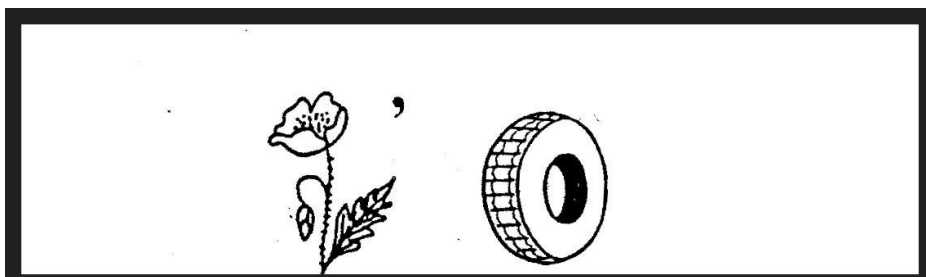
Ответ: Город.



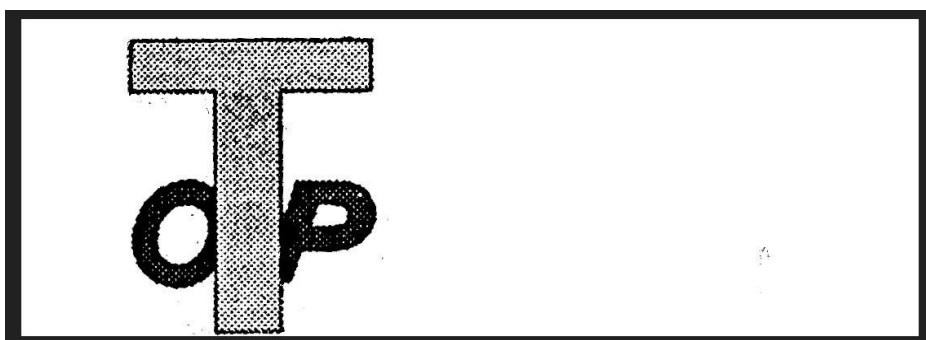
Ответ: Трамвай.



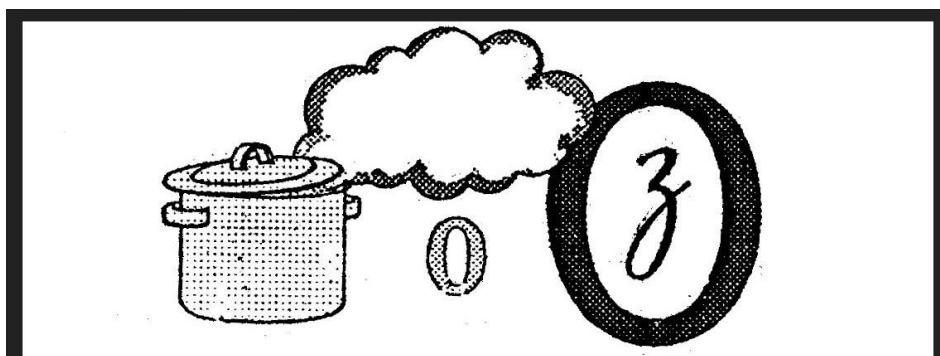
Ответ: Улица.



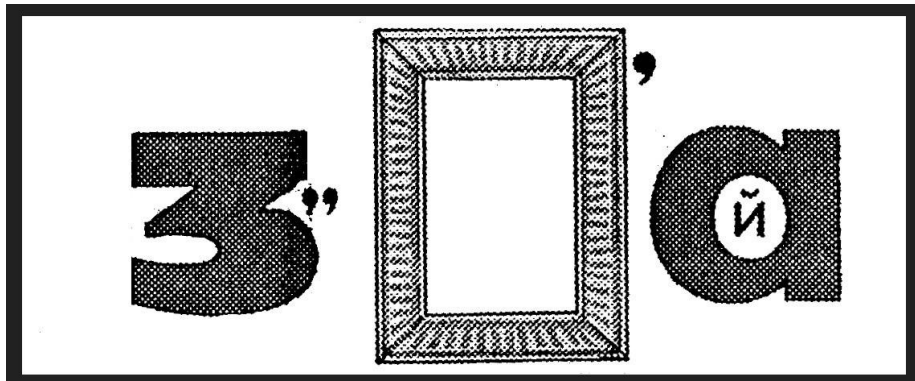
Ответ: Машина.



Ответ: Затоп

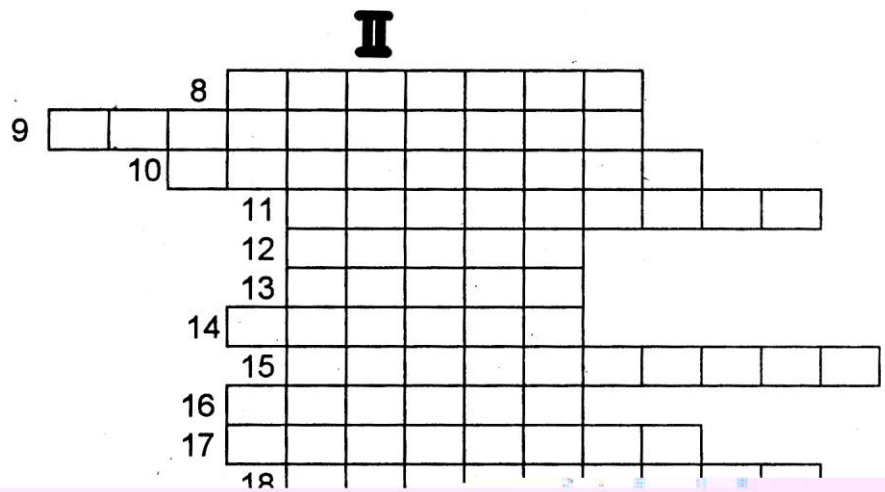
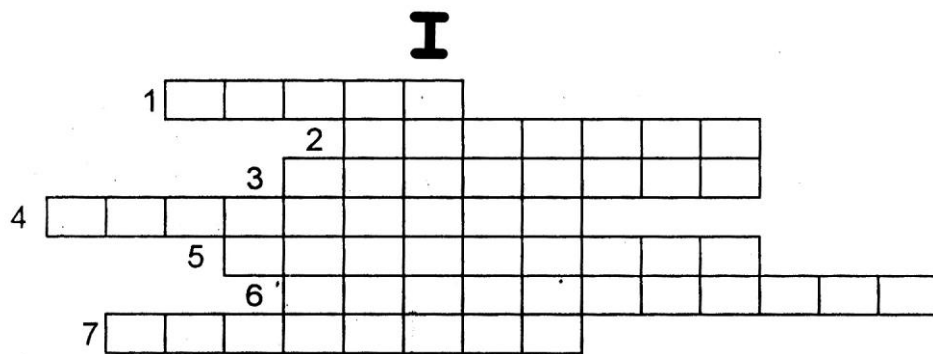


Ответ: Паровоз



Ответ: Трамвай.

5. Разгадайте кроссворды по теме «Первая медицинская помощь». Укажите ключевое выражение (слова под цифрами I и II.



1. Колебание стенок сосуда в соответствии с сокращением сердца.
2. Поперечнополосатая мышечная сердечная ткань.
3. Газ переносимый кровью.
4. Способность организма защищать себя от болезнетворных микроорганизмов.
5. Гормон усиливающий работу сердца
6. Функция крови, при помощи которой осуществляется связь между органами и системами органов путем переноса веществ которые в них образуются.
7. Соединительная ткань, образующая внешний слой сердца.
8. Ослабленная культура микробов, вводимых в организм человека.
9. Болезнь, характеризующая уменьшением количества крови и изменение ее качественного состава.
10. Явление поглощения и переваривания лейкоцитами микробов.
11. Способность

6. Укажите факторы закаливания.



Ответ: Солнце, воздух, вода.

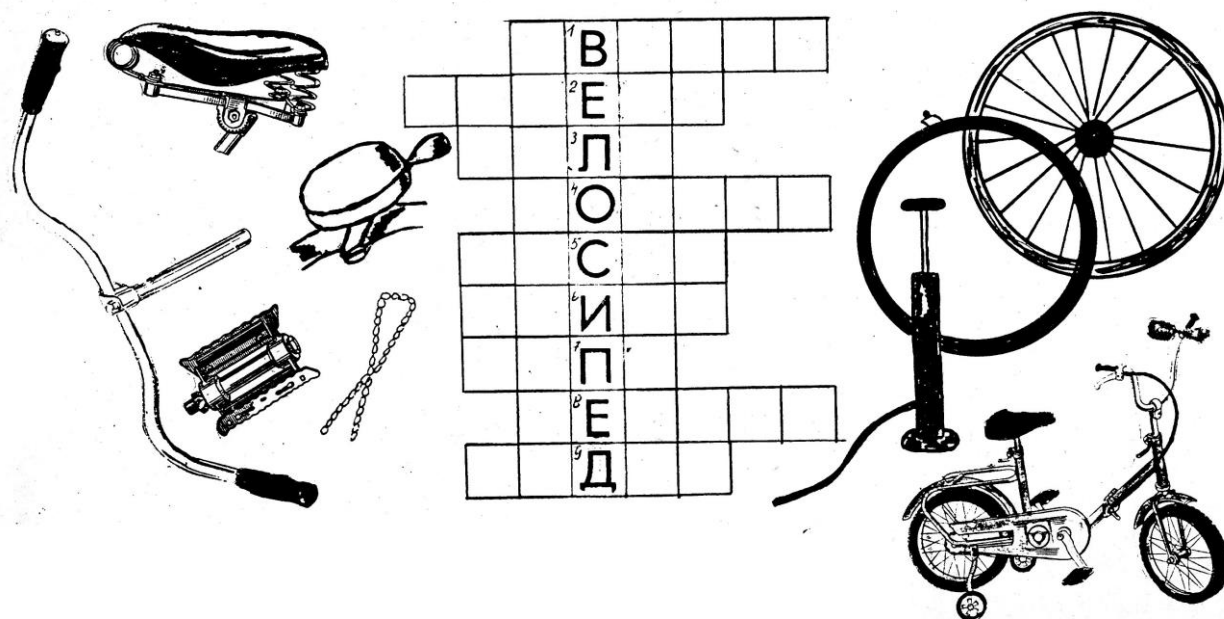
7. Укажите три фактора удачного брака.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Ответ: Психологический, материальный, культурный.



8. Соберите велосипед.



9. Найдите слова по теме «Инфекционные заболевания и ПМП».

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| А | И | М | М | У | Н | И | Т | Е | Т | И | Ф | Б | В | С | Э | П |
| Г | Д | Е | Ж | З | И | Ч | У | М | А | К | Д | Л | М | Н | О | П |
| Р | С | Т | У | Ф | Х | Ц | Б | Ч | Ш | Д | И | Ф | Т | Е | Р | И |
| С | А | Л | Ь | М | О | Н | Е | Л | Л | Е | З | Щ | Э | Ю | Я | Я |
| В | Н | Х | Я | Э | Б | Г | Р | И | Л | П | Е | В | Г | Д | Е | Ж |
| И | Г | О | Щ | З | И | К | К | Л | М | Н | Н | Т | Е | Р | И | Я |
| Н | И | Л | У | Б | О | Т | У | Л | И | З | М | О | П | Р | С | Т |
| К | Н | Е | Р | У | Ф | Х | Л | И | Х | О | Р | А | Д | К | А | Ц |
| А | А | Р | Ч | Ш | Щ | Г | Е | Л | А | Т | И | Т | А | Н | Я | А |
| Б | В | А | Г | Д | Е | Ж | З | К | Р | А | С | Н | У | Х | А | З |
| Т | О | К | С | И | К | О | И | Н | Ф | Е | К | Ц | И | Я | И | К |
| Л | Б | А | Ц | И | Л | Л | О | Н | О | С | И | Т | Е | Л | Б | М |

Ответ: Иммуни́тет, туберкуле́з, сальмонелле́з, токсикоинфекция, ботули́зм, гепа́тит, дифте́рия, дизенте́рия, сви́нка, лихора́дка, тиф, чу́ма, сап, хо́лера, ящу́р, бациллоносите́льство.

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| А | А | И | И | М | А | У | Б | С | В | Р | А | В | М | А | Г | Д |
| П | Е | А | З | И | К | И | Л | Т | С | Т | Р | Е | С | С | М | Н |
| У | Р | Б | В | Г | Д | Я | Ж | И | И | О | П | Р | С | Е | Т | Г |
| Л | Е | У | Ф | Ж | Г | У | Т | М | Н | Х | Ц | Ч | Ш | П | К | А |
| Ь | В | Т | Р | О | М | Б | Щ | У | Д | А | Ю | Я | А | Т | И | С |
| С | М | Б | В | Г | Д | Е | Ж | Л | Р | И | Н | С | У | Л | Ь | Т |
| Е | А | З | И | С | Ы | В | Ю | Я | О | Н | К | Л | М | Ц | Н | Р |
| Р | Т | О | П | Т | Р | С | Р | Т | М | Ф | А | Н | А | И | Т | И |
| Д | И | У | Ф | Е | Х | Т | О | О | Ц | А | Р | К | Т | Р | А | Т |
| Ц | З | Ч | Ш | Н | О | К | А | Р | Д | И | Я | Щ | А | Р | В | Ю |
| Е | М | У | П | Р | А | Ж | Н | Е | Н | И | Е | Я | А | О | М | Б |
| В | Г | Г | Л | Е | В | О | Д | Ы | Д | Е | Ж | З | И | З | А | К |

Ответ: Пульс, сердце, ревматизм, стимулятор, синдром, инфаркт, инсульт, цирроз, гастрит, травма, стресс, жгут, тромб, упражнение, стенокардия, сыворотка, углеводы, асептика, рана.

10. Найдите слова по теме «Семья и брак».

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| В | О | С | П | И | Т | А | Н | И | Е | А | Б | В | Г | О |
| С | Б | Е | Р | Д | Е | В | Е | Р | Н | О | С | Т | Ь | Т |
| К | Я | М | А | У | В | А | Ж | Е | Н | И | Е | Ж | И | В |
| А | З | Ь | В | З | И | К | Н | Л | М | Н | О | П | З | Е |
| Р | А | Я | А | Р | С | Д | Ю | С | У | Г | Т | У | М | Т |
| М | Н | Ф | Х | Ц | Ч | Ш | С | Щ | Х | А | Ю | Я | Е | С |
| Л | Н | А | Б | В | Г | Д | Т | Е | О | Ж | З | И | Н | Т |
| И | О | К | Н | Л | М | Н | Ь | О | Д | Е | Т | И | А | В |
| В | С | Р | Е | П | Р | О | Д | У | К | Ц | И | Я | П | Е |
| А | Т | Р | А | О | В | Е | Р | И | Е | С | Т | У | Ф | Н |
| Н | Ь | С | А | М | О | С | Т | О | Я | Т | Е | Л | Ь | Н |
| И | Х | Ц | Ч | Ш | Щ | А | Ю | Я | А | Б | В | О | Г | О |
| Е | Д | Е | Ж | З | И | К | Л | М | Н | О | П | Ж | Р | С |
| Б | Р | А | К | О | Д | Е | К | С | С | Т | У | Ь | Ф | Т |
| С | А | М | О | У | В | А | Ж | Е | Н | И | Е | Х | Ц | Ь |

Ответ: Воспитание, вскармливание, обязанность, нежность, верность, ответственность, уважение, семья, брак, досуг, уход, самоуважение, права, дети, кодекс, репродукция, самостоятельность, ложь, доверие, измена.

11. Найдите слова по теме «Рациональное питание».



Ответ: Питание, жиры, белки, углеводы, витамины.

12. Расшифруйте слова.

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| а | н | с | л |
| с | т | д | е |
| н | н | в | е |
| т | ь | о | с |

|   |   |   |
|---|---|---|
| н | в | ы |
| о | с | л |
| в | и | о |
| т | с | ь |

|   |   |   |
|---|---|---|
| а | м | с |
| о | о | к |
| р | н | т |
| л | ь | о |

|   |   |
|---|---|
| о | р |
| з | о |
| д | в |
| е | ь |

Ответ: Наследственность

Выносливость

Самоконтроль

Здоровье

13. Найди слова.

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Э | Е | И | Н | А | В | И | Л | А | К | А | З |
| Б | В | Г | Д | С | Е | М | Ь | Я | Е | Н | Ж |
| З | И | Р | К | Т | С | Л | Х | М | Н | Е | О |
| П | Р | Е | П | Р | О | Д | У | К | Ц | И | Я |
| Р | С | Ж | Т | Е | Л | У | Д | Ф | Х | Г | Ц |
| Ч | Ш | И | Щ | С | Н | Э | З | Ю | В | И | Т |
| Я | А | М | Б | С | Ц | В | О | Г | Д | Г | А |
| Е | Ж | З | И | К | Е | Л | В | О | Д | А | М |
| М | Н | О | П | Р | С | Т | У | Ф | Ы | Н | Н |

Ответ: Закаливание, гигиена, солнце, стресс, режим, семья, вода, воздух, витамины.

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| А | Б | Я | В | В | О | С | П | И | Т | А | Н | И | Е |
| Г | Д | Й | Е | Ж | З | И | К | Л | М | Я | Н | А | П |
| Р | С | Ц | Т | У | Ф | Х | Ц | Ч | Щ | И | Ш | Э | Ю |
| Я | Г | Е | Н | А | Б | В | Г | Д | Е | Ч | Ж | З | И |
| В | С | К | А | Р | М | Л | И | В | А | Н | И | Е | У |
| К | П | Л | Л | М | Н | О | Б | П | Р | И | С | Т | Ф |
| Х | Е | Е | Ц | Ч | Х | Ш | Е | Щ | Э | К | Ю | Я | А |
| Б | Р | Т | В | Г | Р | Д | Р | Е | Ж | И | З | Ф | И |
| К | М | К | П | Р | О | Г | Е | С | Т | Е | Р | О | Н |
| Л | А | А | М | Н | М | П | М | Р | С | Т | О | Л | У |
| Ф | Т | Х | Ч | Ш | О | Щ | Е | П | Л | О | Д | Л | Э |
| Ю | О | Я | А | Б | С | В | Н | Г | Д | Е | Ы | И | И |
| К | З | Л | У | Х | О | Д | Н | О | Е | Т | Ь | К | М |
| Н | О | П | Р | Э | М | Б | Р | И | О | Н | С | У | Т |
| У | И | Ф | Х | Ц | Ы | Ч | Ш | Щ | Э | Ю | Я | Л | Э |
| Б | Д | В | Г | Д | Е | Ж | З | И | К | Л | М | Н | О |

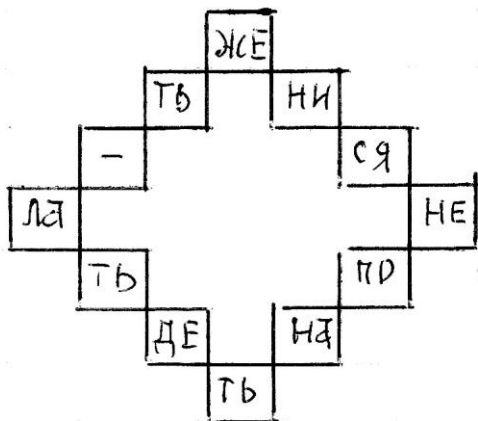
Ответ: Яйцеклетка, сперматозоид, хромосома, эмбрион, яичники, ген, фолликул, прогестерон, вскармливание, беременность, плод, уход, воспитание.

14. Найдите 10 слов, относящихся к теме «Семья и брак».

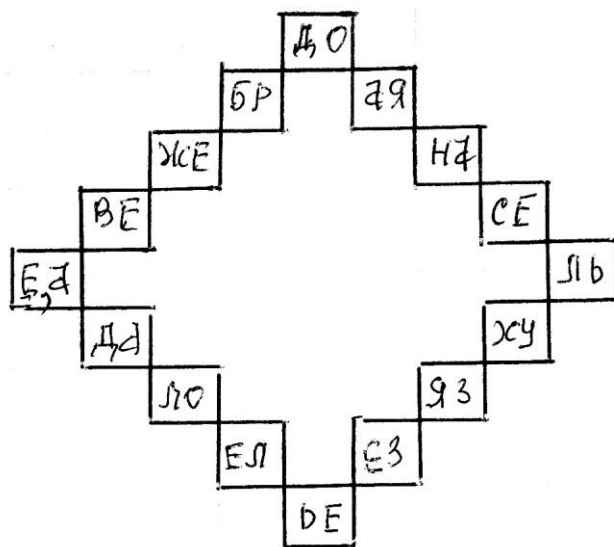
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| д | е | м | о | з | р | а | ф | и | я  |
| р | д | я | б | р | а | б | р | а | к  |
| м | о | т | о | р | е | о | м | ю | р  |
| о | т | ь | с | я | п | р | а | в | а  |
| к | о | т | с | о | к | т | ч | к | б  |
| р | а | в | е | н | с | т | в | о | о  |
| а | к | р | м | и | к | р | о | д | л  |
| т | р | а | б | о | б | о | д | е | ль |
| ч | м | р | я | б | ь | с | е | к | с  |
| ж | д | и | к | о | р | п | у | е | а  |

Ответ: Демография, демократия, брак, мать, права, аборт, кодекс, равенство, семья, секс.

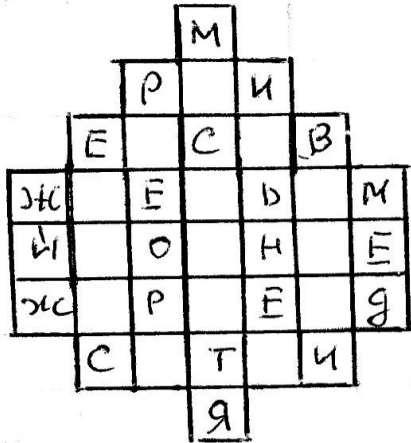
15. Разгадайте криптограммы.



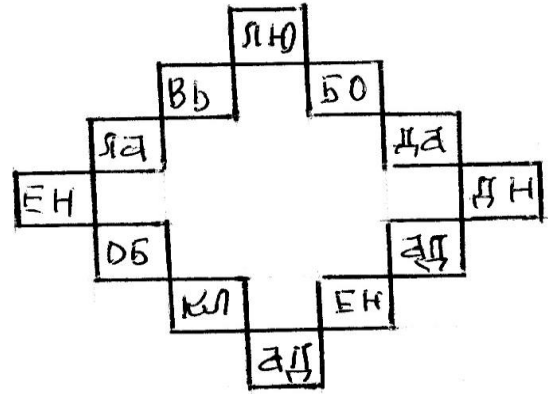
Жениться – не лапоть надеть.



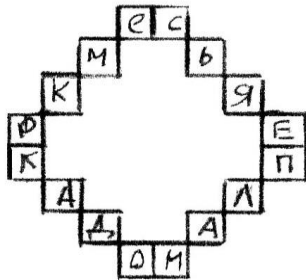
Добрая жена – веселье, а худая – злое зелье.



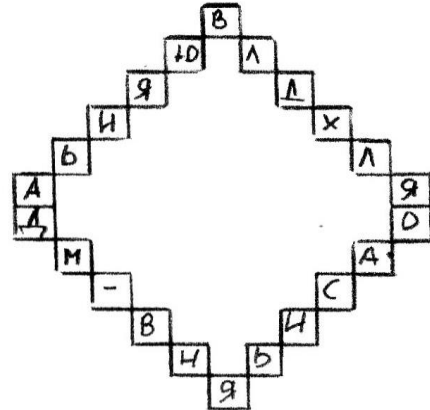
Мир в семье женой держится.



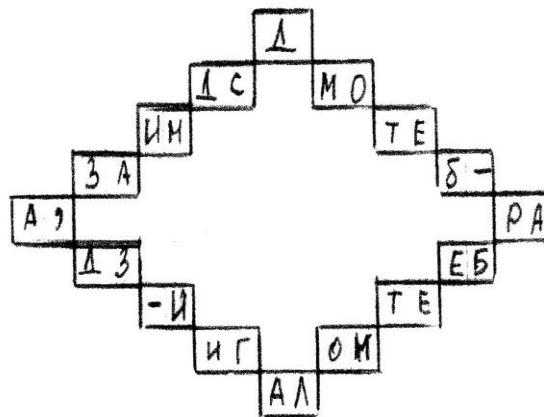
Любовь да лад – не надобен клад.



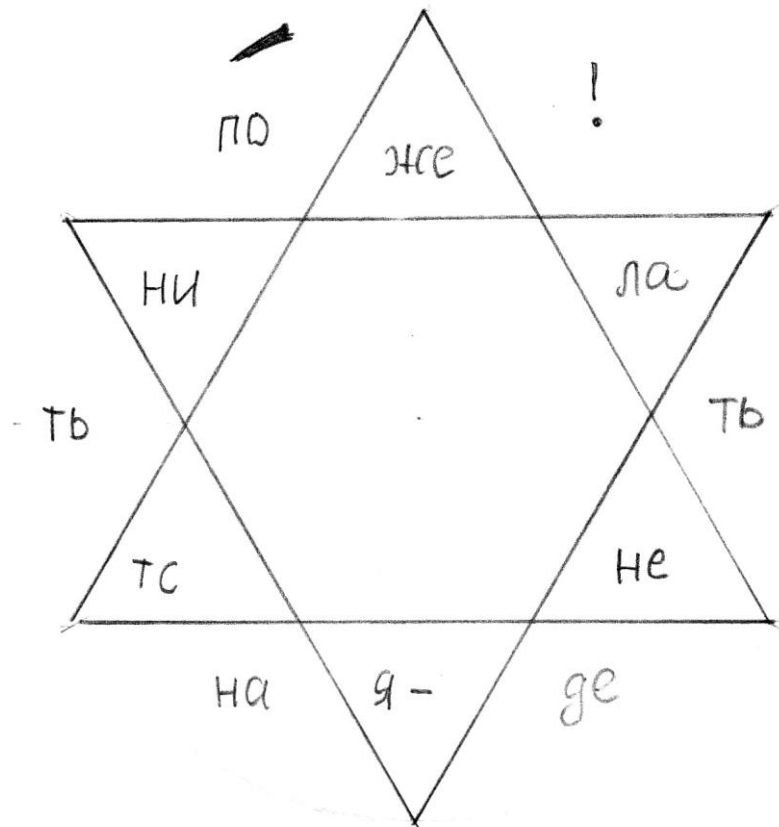
Семья крепка ладом.



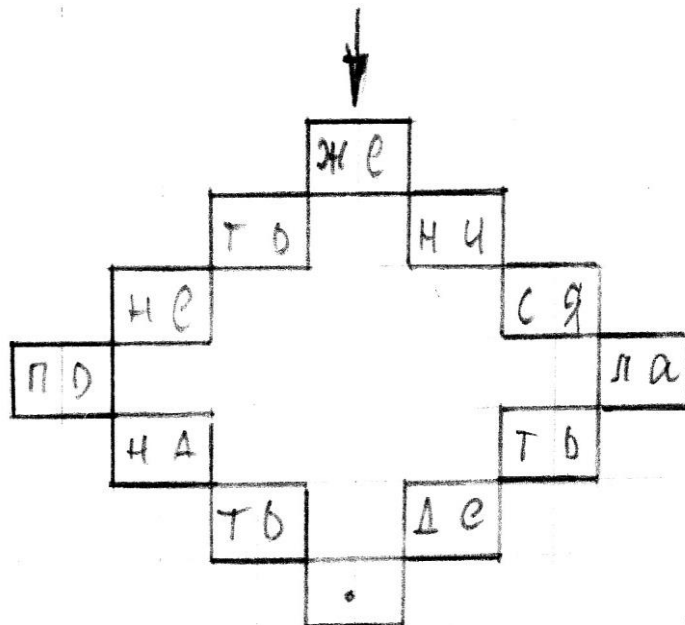
В людях Илья, а дома свинья.



Дом с детьми базар, а без детей – могила.

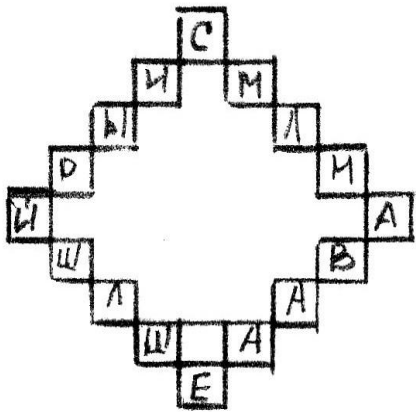


Жениться – не лапоть надеть.

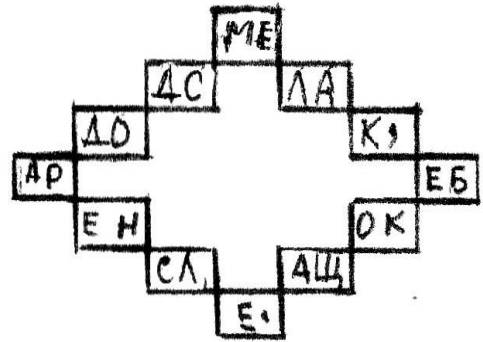


Жениться – не лапоть надеть.

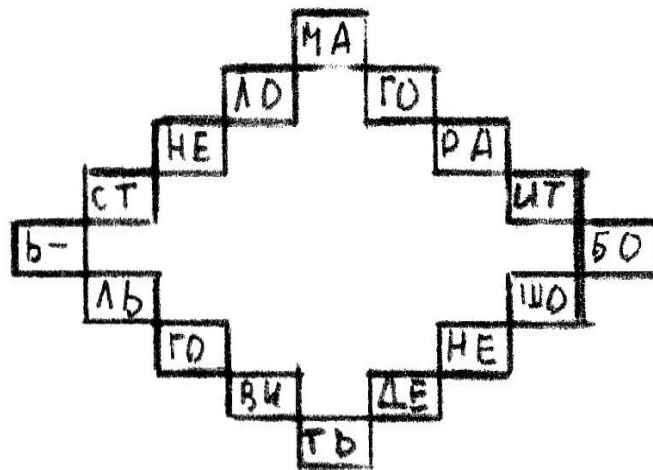




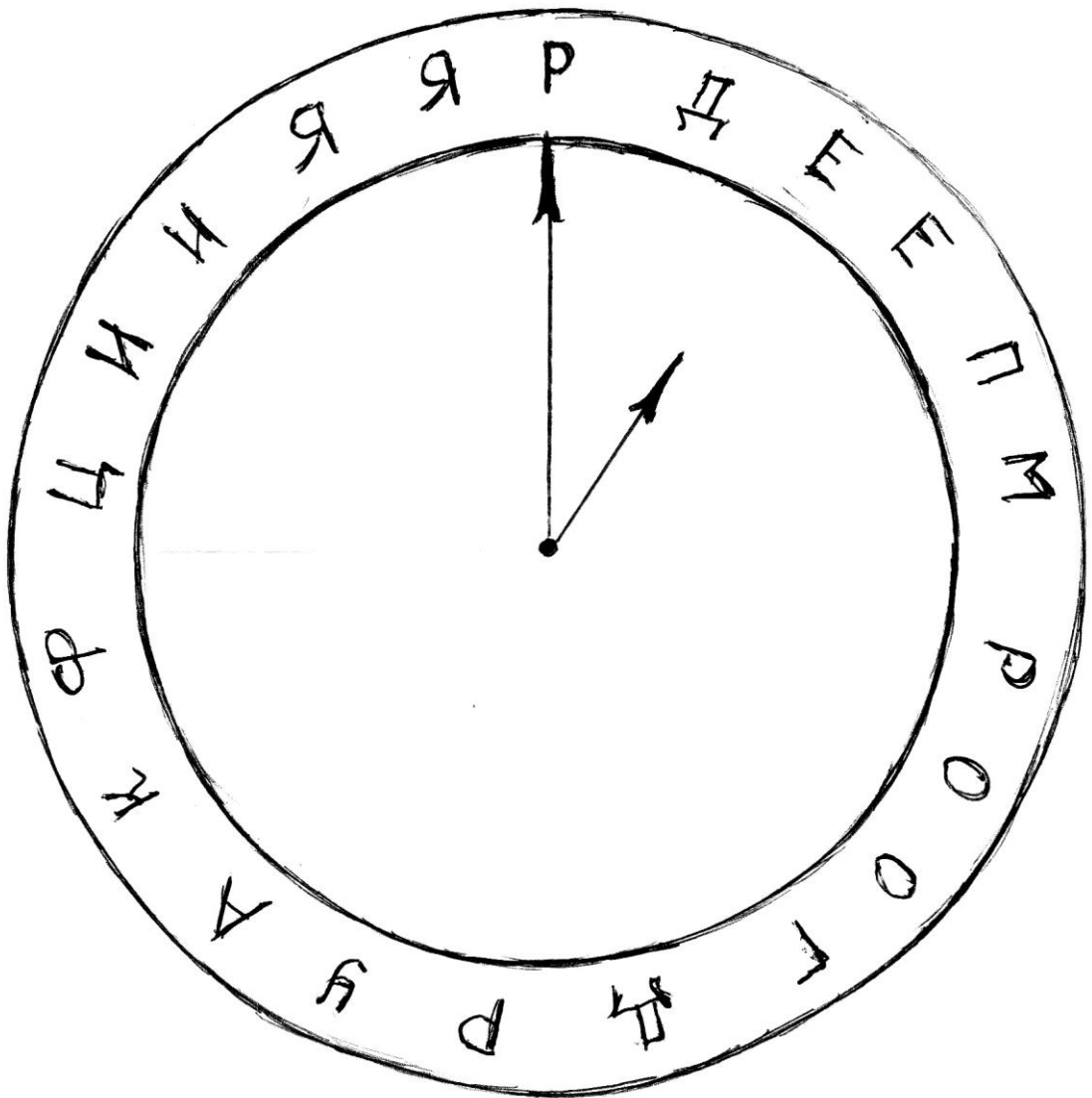
С милым рай в шалаше.



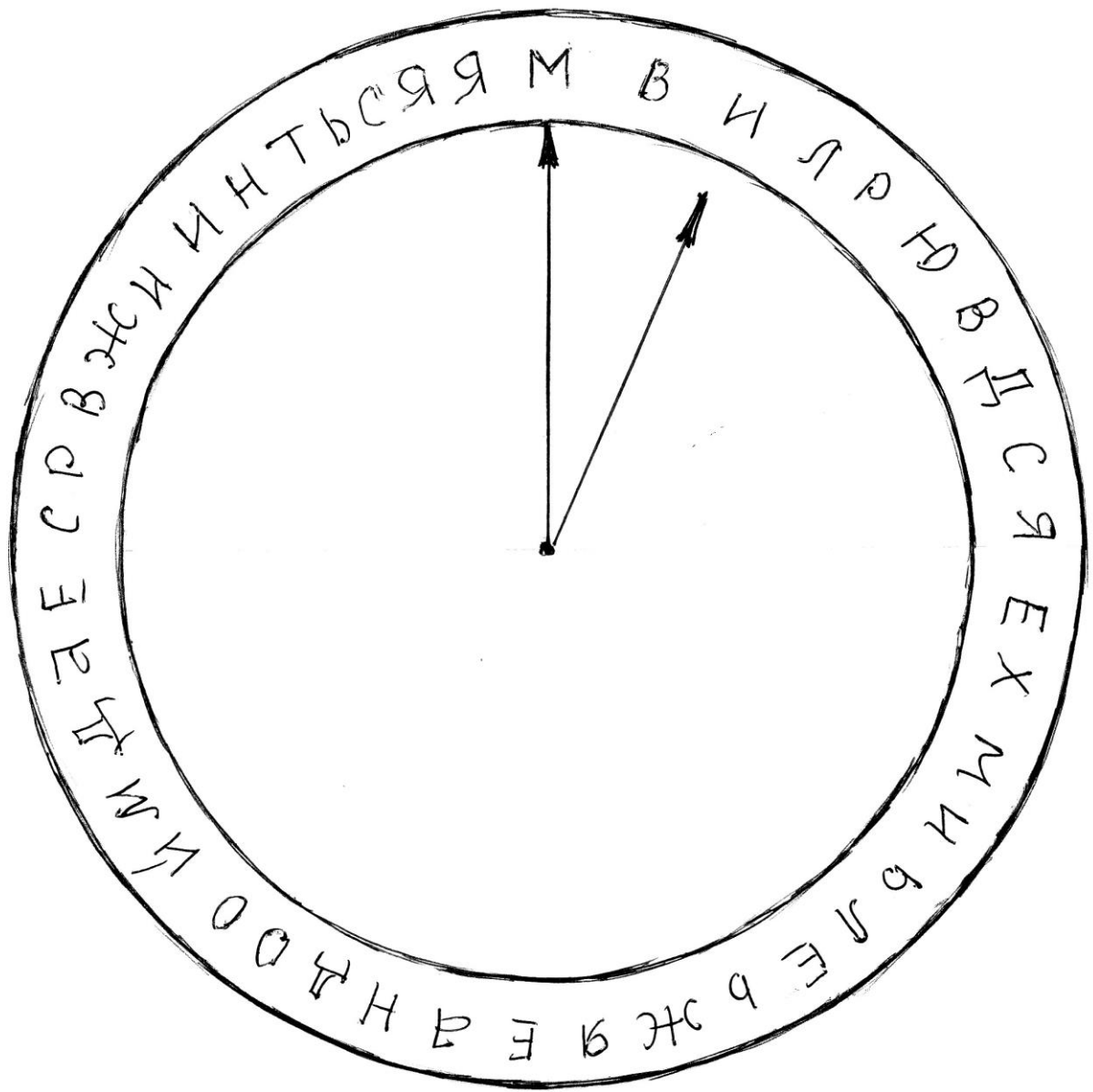
Мёд сладок, а ребёнок слаще.



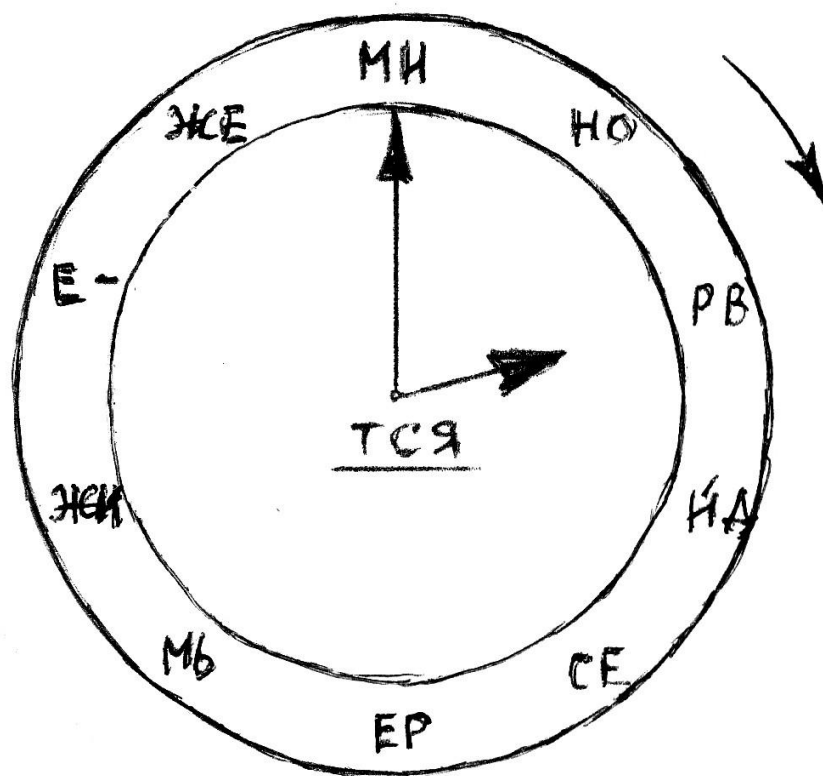
Малого не растить – большого не видеть.



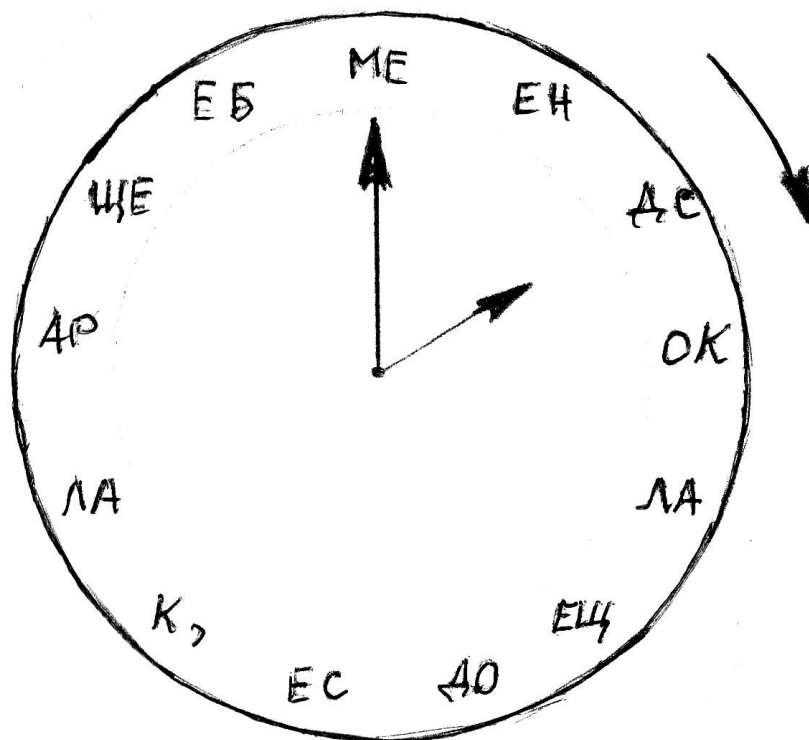
Репродукция, демография.



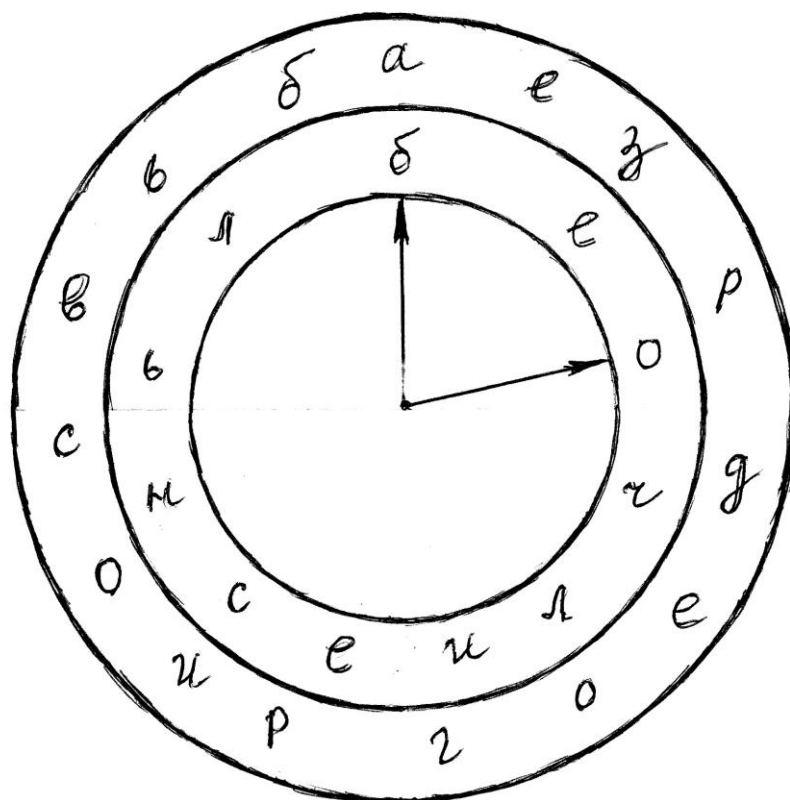
Мир в семье женой держится.  
В людях Илья, а дома свинья.



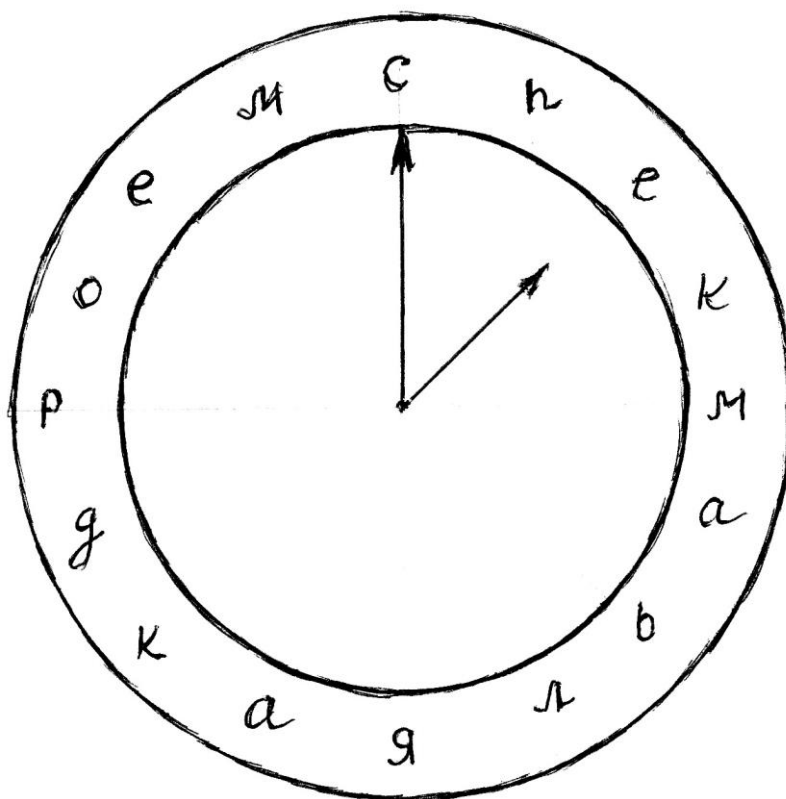
Мир в семье женой держится.



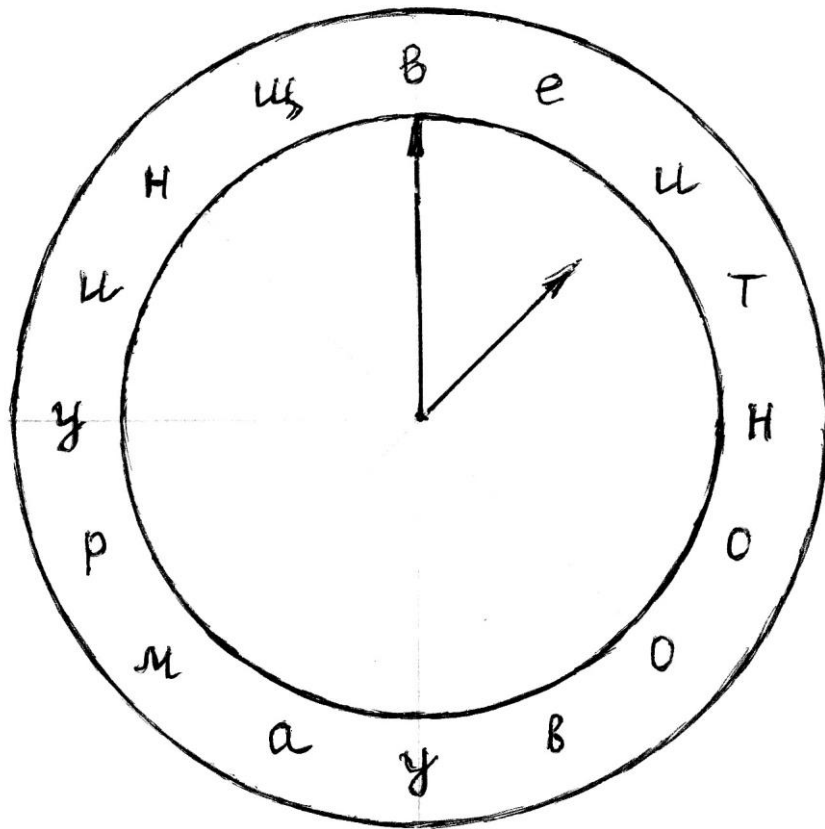
Мёд сладок, а ребёнок ещё слаще.



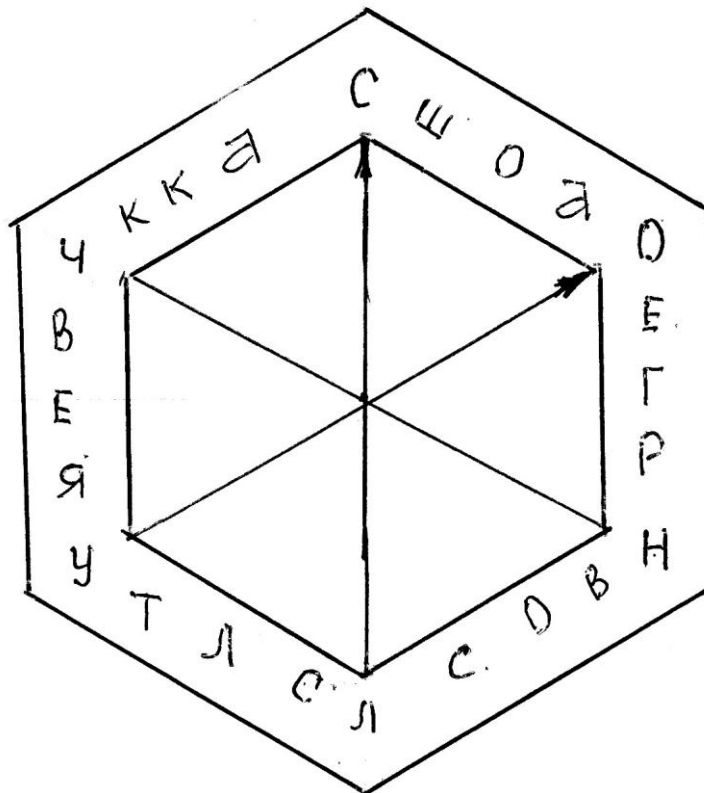
Болен – лечись, а здоров – берегись.



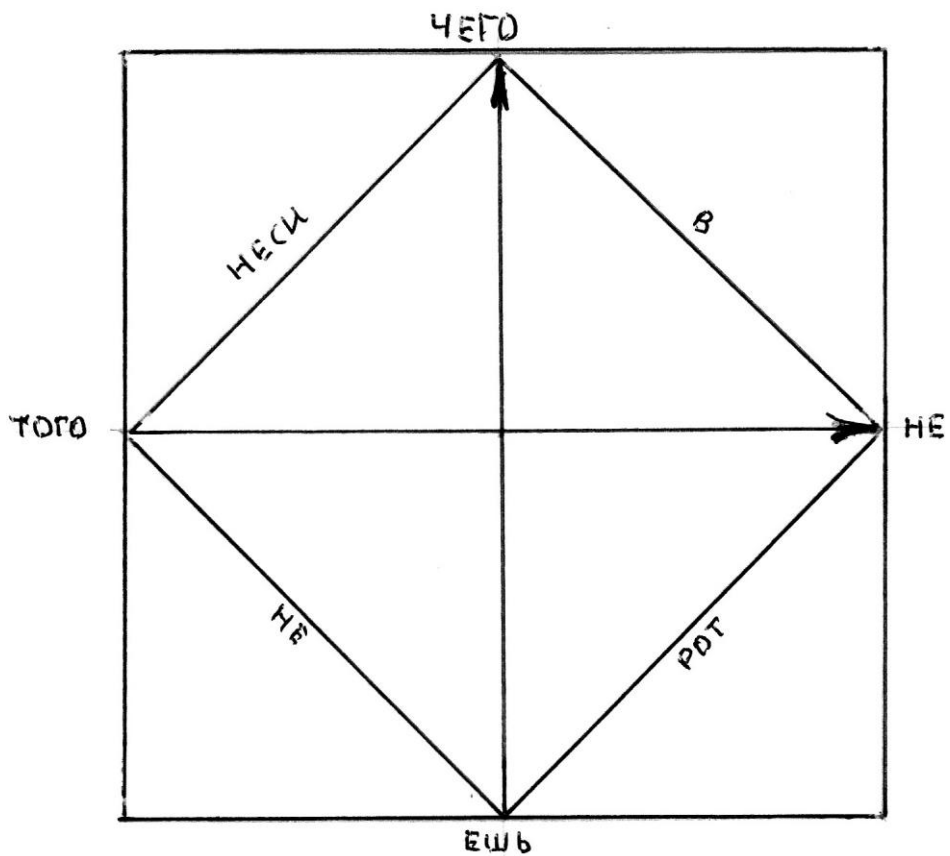
Семья крепка ладом.



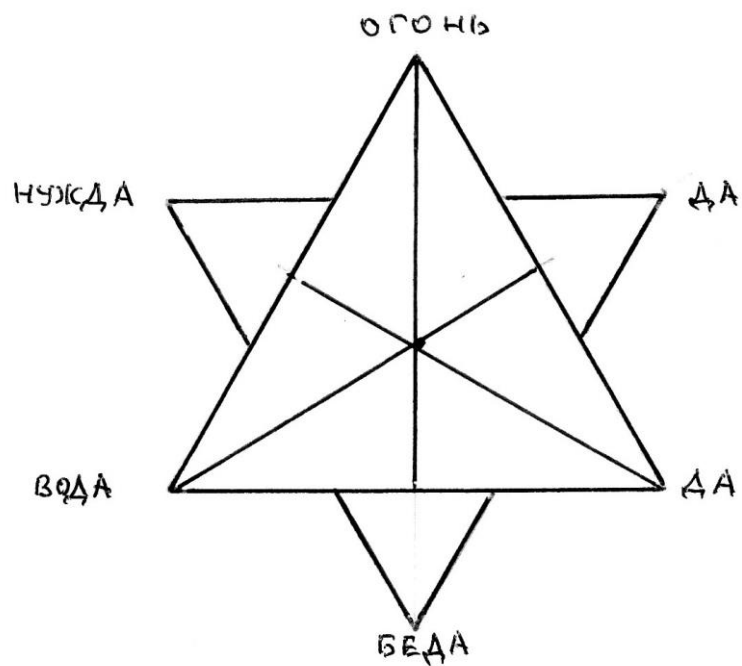
Вино уму не товарищ.



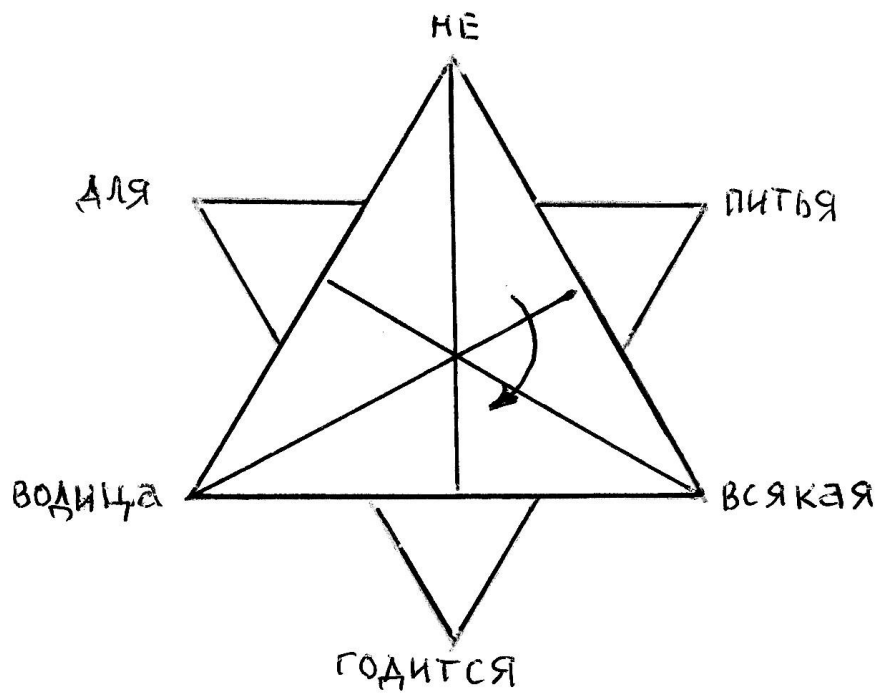
Сон лучше всякого лекарства.



Чего не ешь, того в рот не носи.



Огонь да вода – нужда да беда.



Не всякая водица для питья годится.

**Расшифруйте фразу**

Мрбн Ааое Лслв Отъи Гишд Отое Ньгт Е-оь

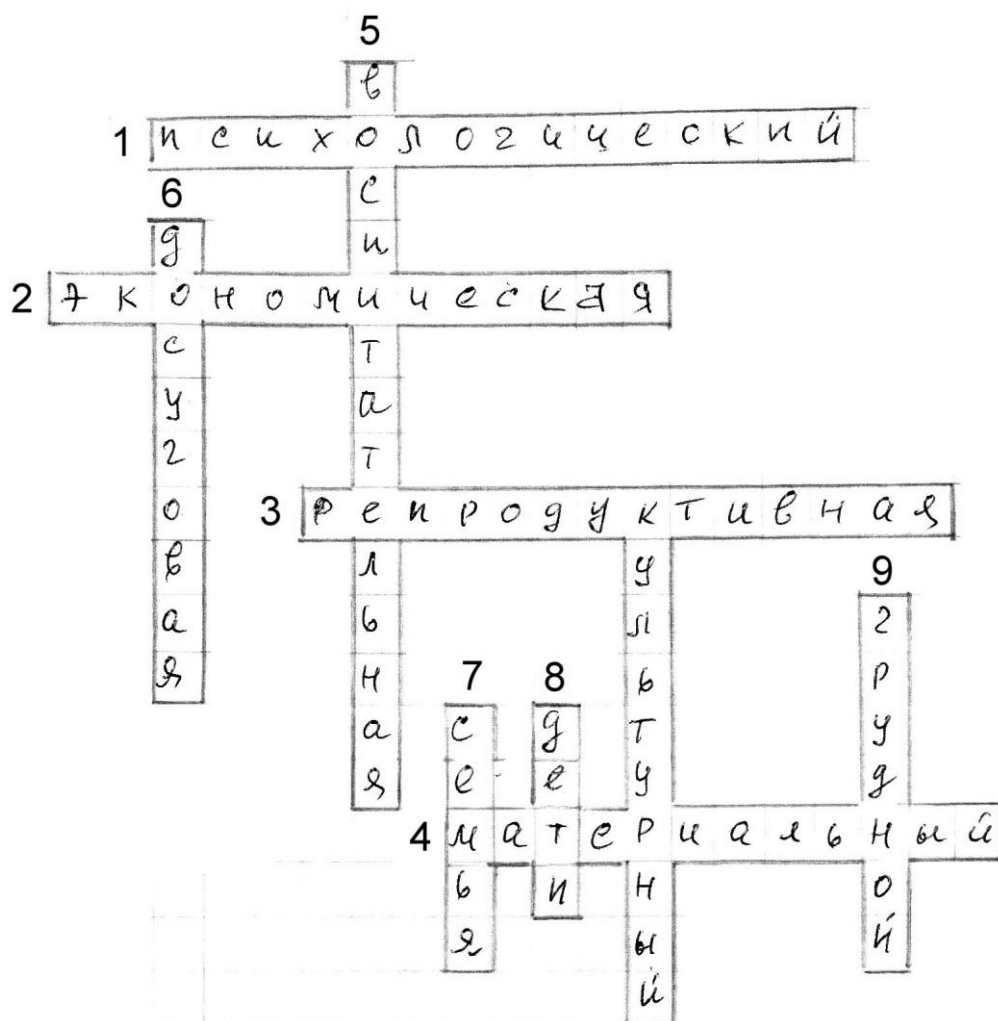
Ответ: Малого не растить – большого не видеть.

Сра Мал Ийа Лиш Ыве Мш

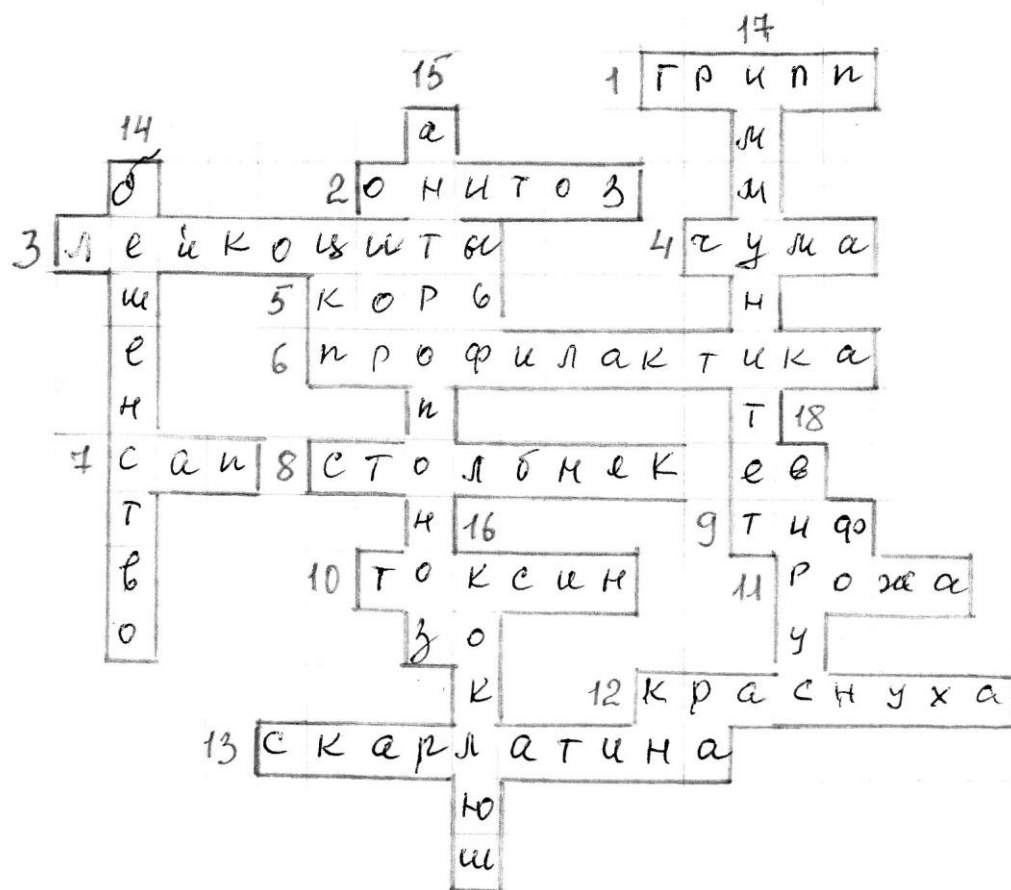
Ответ: С милым рай и в шалаше.



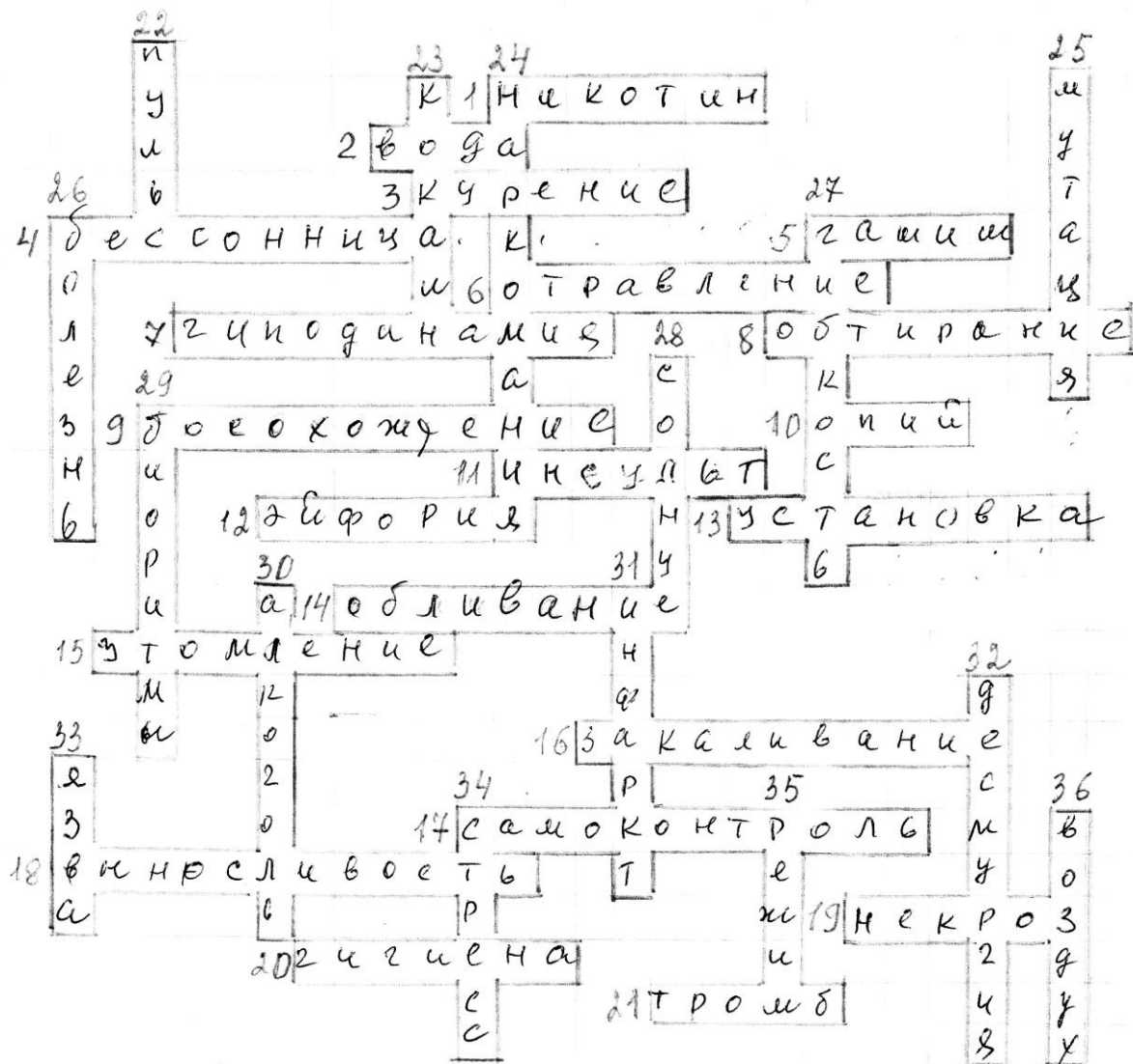
15. Разгадайте кроссворд.



1. Фактор удачного брака.
2. Функция семьи.
3. Функция семьи.
4. Фактор удачного брака.
5. Функция семьи.
6. Функция семьи.
7. Ячейка общества.
8. Цемент семьи.
9. Наиболее трудный период в содержании ребёнка.



1. Инфекция дыхательных путей.
2. Инфекция дыхательных путей.
3. Клетки, препятствующие развитию заболеваний.
4. Наиболее распространенное в средние века заболевание, передающиеся двумя путями.
5. Детское инфекционное заболевание, относящееся к инфекциям дыхательных путей.
6. Мера, препятствующая распространению заболеваний.
7. Инфекция наружных покровов.
8. Инфекция наружных покровов.
9. Кровяная инфекция.
10. Вещество, выделяемое некоторыми бактериями.
11. Инфекция наружных покровов.
12. Инфекция дыхательных путей.
13. Инфекция дыхательных путей.
14. Инфекция наружных покровов.
15. Название группы заболеваний, свойственных только людям.
16. Инфекция дыхательных путей, распространённая у детей.
17. Невосприимчивость организма к инфекционным и неинфекционным агентам и веществам.

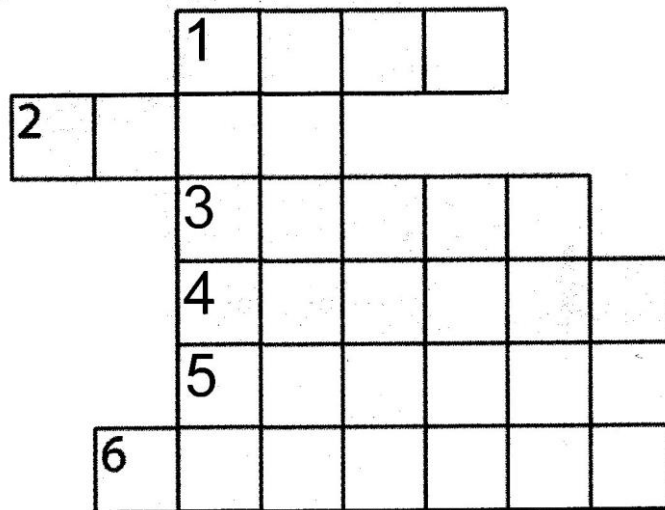


1. Вещество, входящее в состав табачного дыма.
2. Самое распространённое вещество на земле, без которого невозможна жизнь.
3. Вредная привычка.
4. Ночное бодрствование.
5. Наркотическое вещество.
6. Состояние организма человека при проникновении в него токсинов.
7. Состояние организма человека, характеризующееся малой подвижностью.
8. Полезная привычка, способствующая закаливанию.
9. Полезная привычка, способствующая закаливанию.
10. Наркотическое вещество.
11. Острое нарушение кровообращения в головном мозге, вызывающее его гибель.
12. Состояние, достигаемое при употреблении наркотических веществ.
13. Психологический настрой на ЗОЖ.
14. Полезная привычка, способствующая закаливанию.
15. Состояние временного снижения работоспособности человека.
16. Полезная привычка, способствующая повышению иммунитета.
17. Способность человека контролировать свои действия.
18. Способность выдерживать в течение длительного времени физическую нагрузку.
19. Отмирание ткани.

20. Наука о чистоте.
21. Сгусток крови.
22. Частота сердечных сокращений.
23. Наркотическое вещество.
24. Вредная привычка и тяжелое заболевание, патологическое пристрастие.
25. Изменение в участке гена.
26. Состояние человека, связанное с повышением температуры.
27. Свойства опорно-двигательного аппарата по расширению пределов движения отдельных звеньев организма.
28. Закаливающий фактор.
29. Периодически повторяющиеся изменения характера и интенсивности биологических процессов и явлений в организме человека.
30. Вещество, вызывающее развитие вредной привычки.
31. Омертвление части мышцы сердца.
32. Раздел медицины, изучающий правила лечение ран, повязки и методы их наложения.
33. Кожное заболевание.
34. Нервное напряжение.
35. Правильное чередование периодов работы и отдыха, их продолжительность, рациональное распределение во времени.
36. Вещество, без которого человек не проживет и пяти минут.

### «Синоптик»

Разгадайте самое красивое летнее атмосферное по вертикали (1).

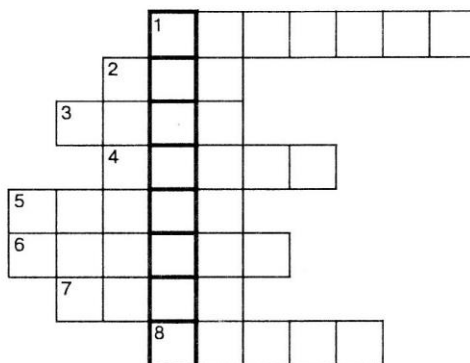


1. Дождя не было, а трава утром мокрая, потому что выпала ... (роса).
2. Эти ледяные шарики могут запросто уничтожить урожай в огороде (град).
3. Бывает ливневый, а бывает моросящий или грибной (дождь).
4. Страшной силы ветер, который может срывать крыши с домов и переворачивать автомобили (ураган).
5. Сверкают молнии, гремит гром, а всё вместе это называется... (гроза).
6. Иногда летней ночью горизонт озаряется бесшумной вспышкой света. Это не НЛО, это... (зарница).

Ключевое слово: Радуга.

## КТО СОЗДАЛ АТОМНУЮ БОМБУ?

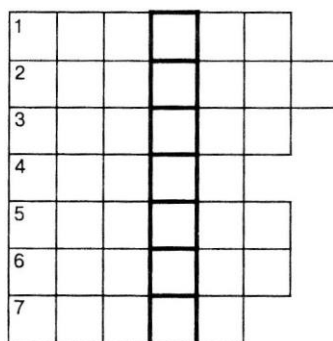
Ответив на вопросы кроссворда, в выделенной вертикали вы увидите фамилию учёного-физика, под руководством которого в нашей стране было впервые создано и испытано атомное оружие.



**По горизонтали:** 1. Прославленный лётчик России, герой Великой Отечественной войны. 2. Горное селение. 3. Планета Солнечной системы. 4. Основное дело школьников. 5. Животное с длинной шеей. 6. Вещь, которую продал папа Карло, чтобы купить азбуку для Буратино. 7. Он гремит во время грозы. 8. Столовый прибор.

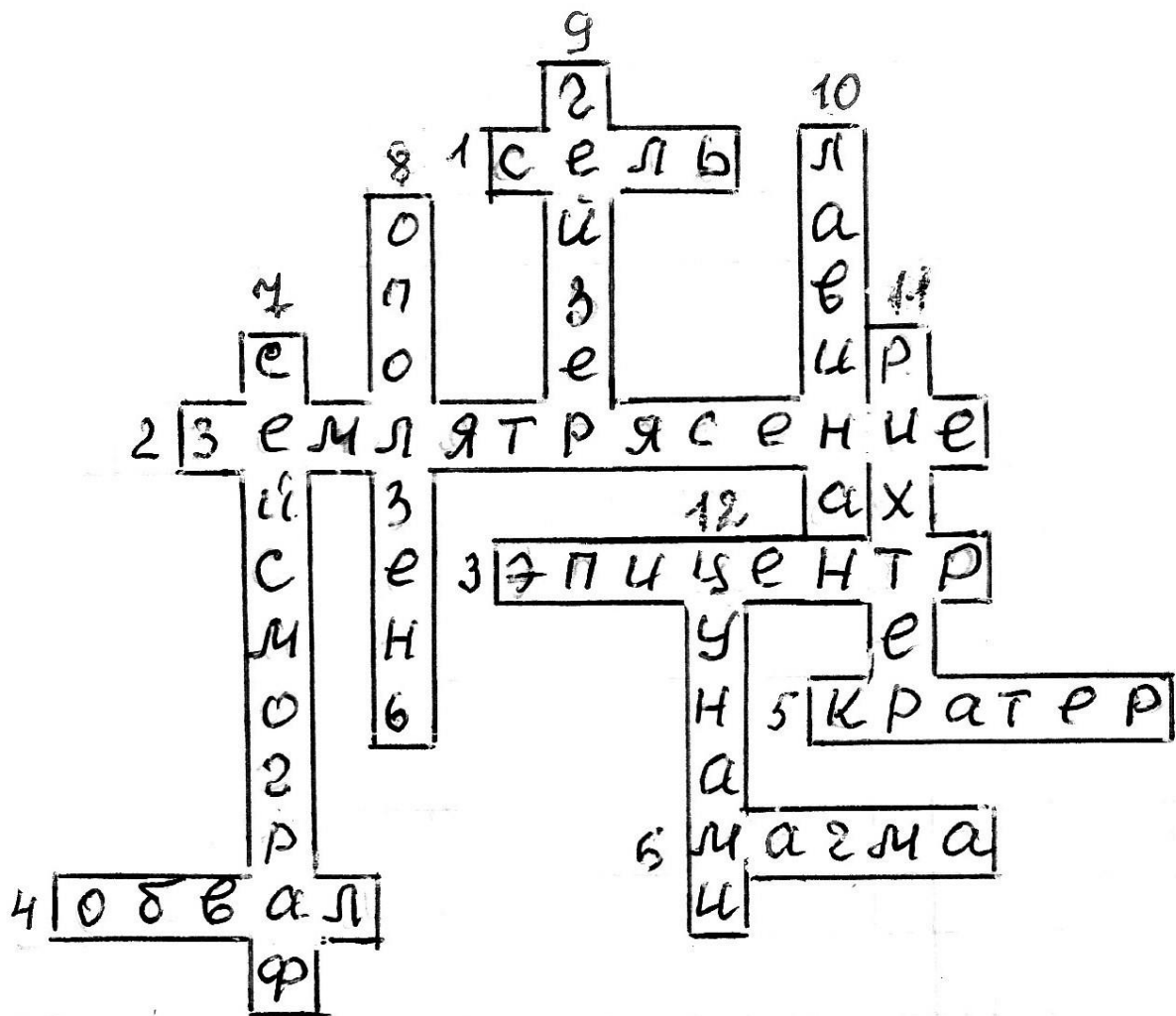
## КТО СТРОИЛ САМОЛЁТЫ?

Ответив на вопросы кроссворда, в выделенной вертикали вы прочтёте фамилию нашего авиаконструктора, создававшего боевые самолёты – штурмовики и дальние бомбардировщики.



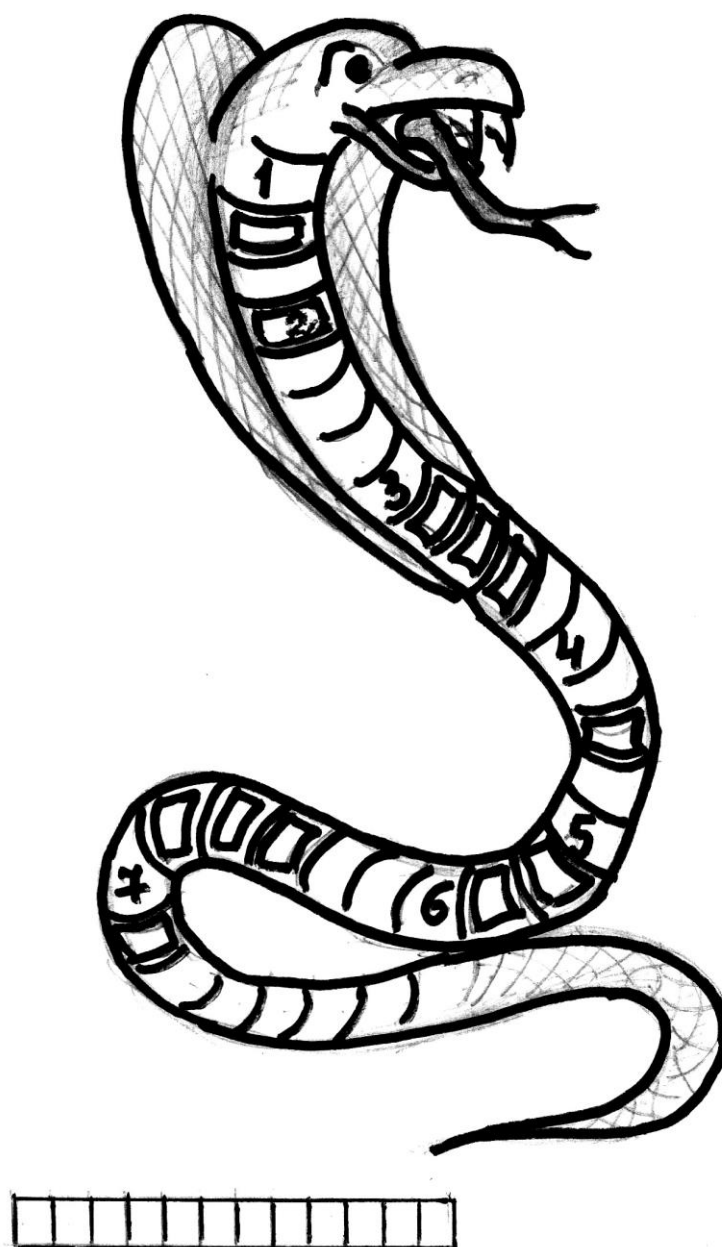
**По горизонтали:**

1. Одна из самых известных сказок Г. Х. Андерсена. 2. Зимняя спальня медведя. 3. Прозрачная бумага для копирования рисунков и чертежей. 4. Начало игры в шахматы. 5. Орудие хоккеиста. 6. Садовая или лесная ягода. 7. Пламя.



1. Горный поток смеси воды, грязи и камней.
2. Подземные толчки и колебания земной поверхности.
3. Перпендикулярная проекция центра землетрясения на поверхность земли.
4. Падение больших масс горных пород, их дробление и скатывание.
5. Глубокая впадина с обрывистыми краями.
6. Раскалённая масса, образующаяся в глубинных зонах земли.
7. Прибор, который улавливает и регистрирует подземные толчки.
8. Смещение масс горных пород под воздействием веса и подмыва склона.
9. Периодически фонтанирующий источник.
10. Внезапно возникающее движение снега вниз по крутым склонам гор.
11. Фамилия учёного, по шкале которого изучается сила землетрясения.
12. Океанические волны, возникающие в результате моретрясения.

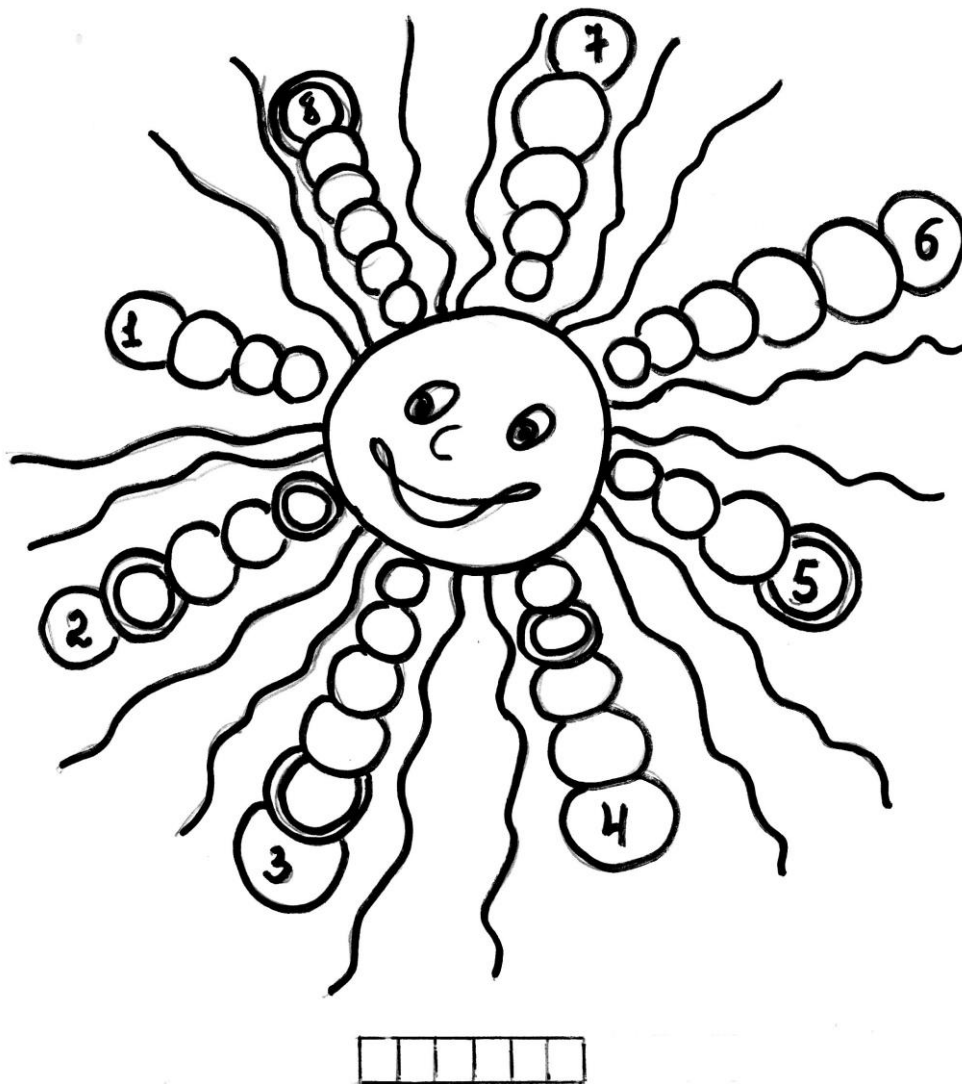
Разгадайте чайнворд и найдите ключевое слово по выделенным квадратам.



1. Средство асептики.
2. Детская болезнь.
3. Инструмент для уколов.
4. Средство для перевязки.
5. Серьёзное заболевание взрослых.
6. Емкость для подогрева.
7. Средство приведения в чувство при обмороках.

Ключевое слово: Профилактика.

Разгадайте чайнворд и найдите ключевое слово по выделенным кругам.



1. Тоже самое, что и жара.
2. На море за них нельзя заплывать, т.к. это опасно.
3. Головной убор, который надо непременно надевать на отдыхе летом, чтобы макушку не напекло.
4. Когда всё грохочет, молнии сверкают...
5. В жару в неё надо почаще перебираться, чтобы не получить солнечный удар.
6. То, под чем нельзя прятаться в грозу.
7. Плавательное средство.
8. Поражающий фактор при грозе.



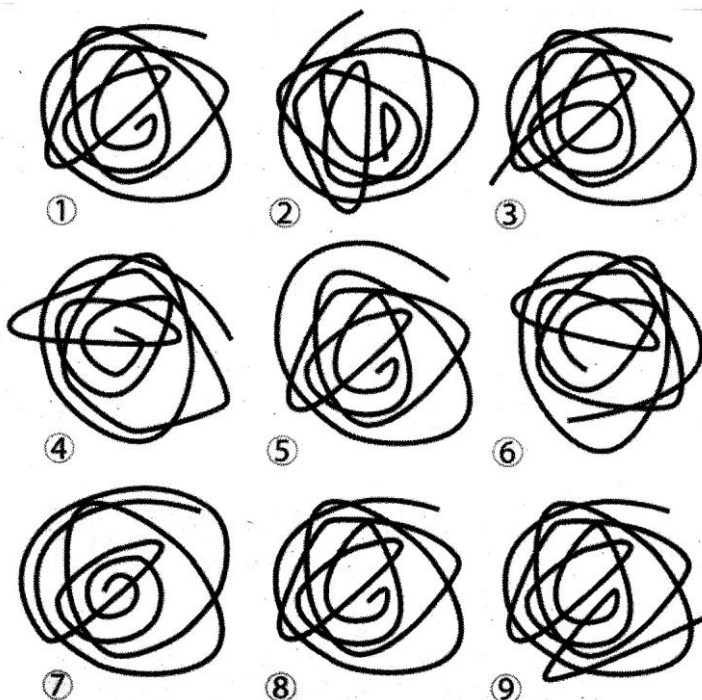
### III. Задания для развития внимания и логики.

1. Кто в лесу лишний?



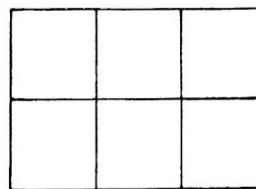
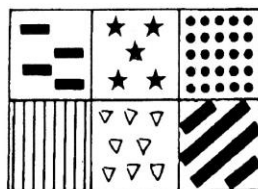
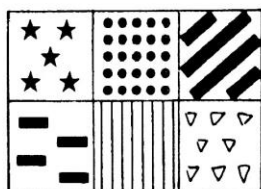
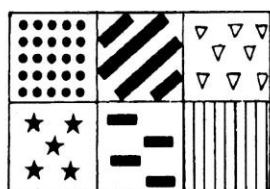
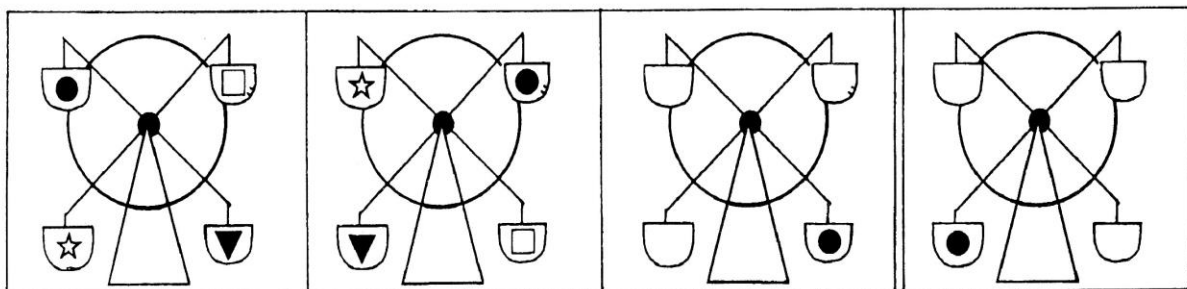
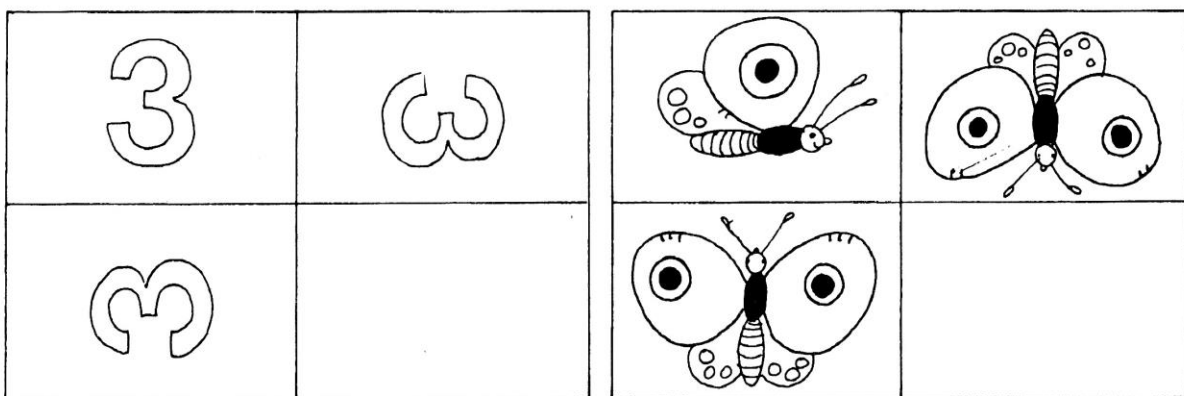
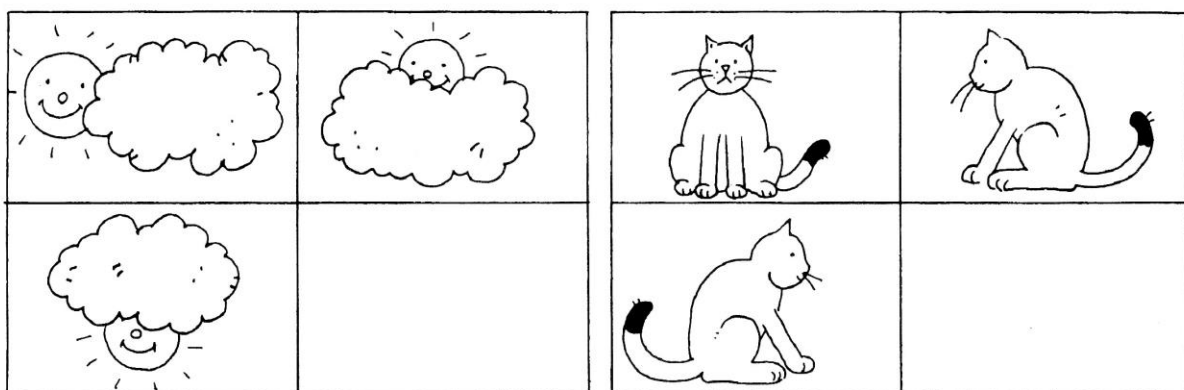
Ответ: Попугай.

2. Найдите 2 одинаково запутанных мотка проволоки.

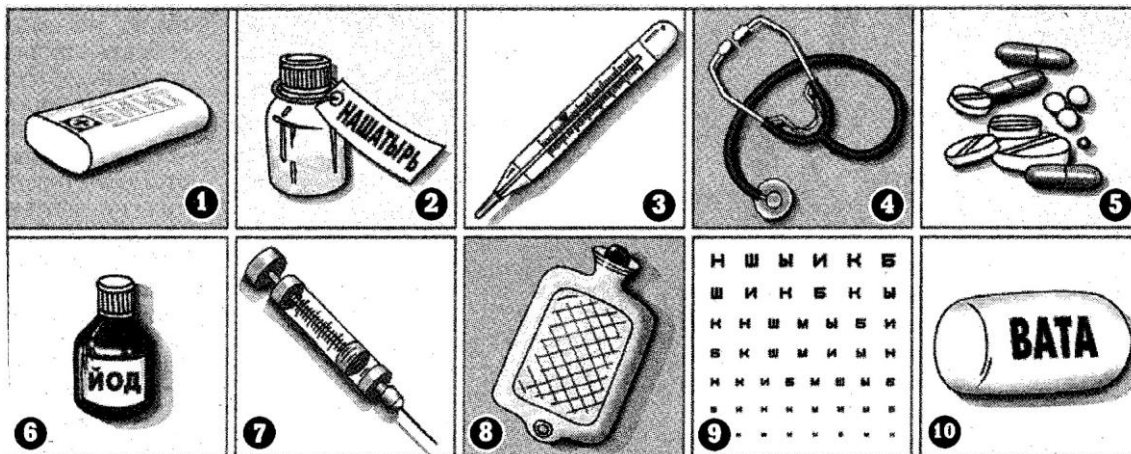


Ответ: 1 и 8.

3. Заполните последний квадрат.



4. Выберите предметы, которые пригодятся при ушибах и ссадинах. В ответе укажите их номера.



Ответ: 1, 6, 10.

5. Выберите правильное действие в каждой из предлагаемых ситуаций.

«Шесть китов безопасности»

1 Ты потерялся в незнакомом месте.



2 На улице к тебе пристали хулиганы и требуют отдать им деньги (телефон, плеер и др.).



3 Незнакомец предлагает тебе пойти посмотреть щенков (прокатиться на машине, угостить конфетами у себя дома и т. п.).



4 Ты один дома. По телефону звонит незнакомец и начинает расспрашивать тебя, где родители, когда они вернутся и т. п.



⑤ Вечер. Стемнело. Друг предлагает тебе сократить дорогу и пройти через темный парк (пустырь, овраг).



⑥ Взрослый трогает тебя руками, делает странные предложения и пугает, что все расскажет родителям и учителям.



ПРАВИЛА ПРИ ОБРАЩЕНИИ К  
ПСИХОЛОГИИ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ  
В УСЛОВИЯХ ШКОЛЫ

1. Предварительное исследование класса.
2. Снятие внутренних и внешних помех.
3. Продуманность вопросов к классу.
4. Точное формулирование основной идеи урока.
5. Ненавязывание своей точки зрения.
6. Социологические исследования по ходу изложения материала.
7. Отбор, оценка, классификация ответов.
8. Продуманные этические рекомендации.

ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ ПО КУРСУ  
«ЭТИКА И ПСИХОЛОГИЯ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ»  
(для учеников)

1. Как ухаживать за девушкой.
2. Законы привлекательности.
3. Что значит «правильный выбор».
4. Моя любимая форма урока этики и психологии семейной жизни.
5. Поведение на дискотеке.
6. Гендерный аспект этикета будней.
7. Этикет аспект этикета праздников.
8. Гендерный аспект подарков.
9. Внешность людей.
10. Нужна ли человеку семья.
11. Какие книги по этике и психологии семейной жизни были мной прочитаны.
12. Любовь как высшая духовная ценность.
13. Природа ревности.
14. Происхождение брака и семьи.
15. Моя первая любовь.
16. В чем заключается красота человека.

17. Тема любви в произведениях классической литературы.
18. Культура чувств.
19. Достоинство и честь.
20. Женственность и мужественность.
21. Культура поведения влюбленных.

## АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Пол – 1 (м). 2 (ж).

I. Понимаете ли Вы своего ребенка?

1. Да.
2. Нет.
3. Не всегда, не по всем вопросам.

II. Как Вы понимаете ответственность за свою семью?

1. Сохранение любви и взаимопонимания.
2. Забота о каждом члене семьи.
3. Внимание каждого к возникающим проблемам.
4. Материальное обеспечение.
5. Воспитание детей.

III. Обсуждаете ли Вы в семье газетные статьи, книги, фильмы?

1. Часто.
2. Ежедневно.
3. Редко.
4. Совсем не обсуждаем.

IV. Посещаете ли Вы кино, театр всей семьей?

1. Часто.
2. Редко.
3. Совсем не посещаем.

V. Проводите ли Вы отпуск всей семьей?

1. Всегда.
2. Изредка.
3. Очень редко.
4. Не удается.

VI. Учите ли Вы своих детей культуре брачно-семейных отношений?

1. Да, систематически.
2. Редко, от случая к случаю.
3. Стараюсь, но не получается.
4. Нет, потому что не знаю, что и как сказать.

## АНКЕТА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

Пол – 1 (м). 2 (ж).

I. Являются ли для тебя родители идеалом супругов?

1. Да.
2. Нет.
3. Не совсем.
4. Смотря в каких случаях.

II. Есть ли у тебя желание поговорить с родителями о вопросах брака, любви, половых отношений?

1. Да.
2. Нет.
3. Только с мамой.
4. Только с папой.

III. Как часто в доме идут разговоры о браке и семье?

1. Часто.
2. Редко.
3. Как следствие какого-нибудь события.
4. Эта тема не обсуждается.

IV. Хотелось ли бы тебе познакомить маму и папу со своей второй половинкой?

1. Да.
2. Нет.
3. Только с мамой.
4. Только с папой.

V. Чью сторону ты принимаешь, когда родители ссорятся?

1. Сторону мамы.
2. Сторону папы.
3. Ничью.

VI. Высказываешь ли ты свое мнение по поводу родительских отношений?

1. Да.
2. нет.

## УМЕЕТЕ ЛИ ВЫ КОНТРОЛИРОВАТЬ СЕБЯ?

1. Мне кажется трудным подражать другим людям. Да – 0. Нет – 1.
2. Я бы, пожалуй, мог при случае состроить из себя клоуна, чтобы привлечь внимание и позабавить окружающих. Да – 1. Нет – 0.
3. Из меня мог бы выйти неплохой актер. Да – 1. Нет - 0
4. Другим людям иногда кажется, что я переживаю что-то более глубоко, чем это есть на самом деле. Да – 1. Нет – 0.
5. В компании я редко оказываюсь в центре внимания. Да – 0. Нет – 1.
6. В различных ситуациях и в общении с разными людьми я часто веду себя совершенно по-разному. Да – 1. Нет- 0.
7. Я могу отстаивать только то, в чем искренне убежден. Да – 0. Нет – 1.
8. Чтобы преуспеть в делах и в отношениях с людьми, я стараюсь быть таким, каким меня ожидают увидеть. Да – 1. Нет - 0
9. Я могу быть дружелюбным с людьми, которых я не выношу. Да – 1.Нет – 0.
- 10.Я всегда такой, каким я кажусь. Да – 1. Нет – 0.

### Результаты теста.

**0-3 балла.** У вас низкий уровень коммуникативного контроля. Ваше поведение однотипно, и Вы не считаете нужным его изменять в зависимости от ситуации. Вы способны к искреннему самораскрытию в общении. Однако такая «негибкость» делает Вас неудобным в общении из-за вашей



прямолинейности. В общем, дипломатом Вам не стать. А вот в роли прокурора или депутата от «зеленых» можете попробовать преуспеть.

**4-6 балла.** У Вас средний уровень коммуникативного контроля. Вы искренни, часто несдержанны в своих эмоциях. Вам следует больше считаться с окружающими людьми. Ведь то, что мы считаем милой непосредственностью у ребенка, раздражает нас у взрослого. В общем, если Вы постараетесь держать свой темперамент в руках, а язык за зубами, то все получится.

**7-10 баллов.** У Вас высокий уровень коммуникативного контроля. Вы легко входите в любую роль, гибко реагируете на изменение ситуации и в состоянии предвидеть впечатление, которое Вы производите на окружающих. В общем, Вы прирожденный дипломат и царедворец. Очаровывать и уговаривать – это работа для Вас. Попробуйте себя в актерской среде.

### **ЛЮБИТЕ ЛИ ВЫ ЖИЗНЬ?**

1. Вспоминая о прошлом, Вы приходите к выводу, что

- все было скорее плохо, чем хорошо – 0.
- было скорее хорошо, чем плохо – 1.
- все было отлично – 2.

2. В конце дня Вы обычно

- недовольны собой – 0.
- считаете, что день мог бы пройти лучше – 1.
- засыпаете с мыслью, что день удался – 2.

3. Когда смотрите в зеркало, думаете, что

- беспощадно время – 0.

- *выглядите неплохо – 1.*
- *что все прекрасно – 2.*

4. Если узнаете о крупном выигрыше кого-то из знакомых, думаете, что

- *Вам никогда не повезет – 0.*
- *почем-то опять повезло не Вам – 1.*
- *когда-нибудь повезет и Вам – 2.*

5. Если услышите по радио неприятную новость, говорите себе, что

- *с Вами это тоже может случиться – 0.*
- *к счастью, эта беда Вас миновала – 1.*
- *репортеры умышленно нагнетают страсти – 2.*

6. Когда просыпаетесь утром, чаще всего

- *Вам ни о чем не хочется думать – 0.*
- *взвешиваете, что день грядущий Вам готовит – 1.*
- *довольны, что начался новый день, и ждете новых сюрпризов – 2.*

7. Думаете о своих друзьях и подругах, что

- *они не столь интересны или отзывчивы, как хотелось бы – 0.*
- *у них есть недостатки, но в целом, они хорошие люди – 1.*
- *замечательные люди – 2.*

8. Сравнивая себя с другими, считаете, что

- *Вас недооценивают – 0.*
- *Вы не хуже остальных – 1.*
- *годитесь в лидеры, и это признают все – 2.*

9. Если Ваш вес увеличился на 5-6 кг

- *впадаете в панику – 0.*
- *считаете, что в этом нет ничего особенного – 1.*
- *тут же садитесь на диету и занимаетесь физическими упражнениями – 2.*

10. если Вам грустно

- *клянете судьбу – 0.*
- *знаете, что плохое настроение пройдет – 1.*
- *стараетесь развлечься любыми способами – 2.*

## **Результаты.**

**17-20 очков.** Вы такой счастливый человек, что даже не верится, что такое бывает. Умеете радоваться жизни, не обращая внимания на неприятности и житейские невзгоды. Вы жизнерадостны, нравитесь окружающим своим оптимизмом, но... Не слишком ли поверхностно и легко Вы относитесь ко всему происходящему? Может быть, немного трезвости и скепсиса Вам не повредит?

**8-16 очков.** Вас можно назвать счастливым человеком. В вашей жизни радости явно больше, чем печали. Вы добры, у Вас трезвый склад ума и легкий характер. Старайтесь не впадать в панику, сталкиваясь с трудностями, трезво их оценивайте. Окружающим с Вами хорошо и удобно.

**0-7 очков.** Вы привыкли не все смотреть сквозь черные очки, считаете, что судьба уготовила Вам участь человека невезучего, и даже иногда бравоируете этим. А стоит ли? Старайтесь больше времени проводить в обществе веселых, оптимистичных людей. Вам хорошо бы чем-то увлечься, найти новое хобби.

## **ПОЧЕМУ ВАМ НЕ ВЕЗЕТ?**

1. У Вас опускаются руки, если что-то не получается с первого раза? Часто – 0. Никогда – 4. Иногда – 2.

2. Действуют ли Вам на нервы сварливые и недовольные жизнью люди? Часто – 0. Никогда – 4. Иногда – 2.

3. Проснувшись, Вы обычно некоторое время лежите в постели? Часто – 0. Никогда – 4. Иногда – 2.

4. Вы делаете все довольно-таки быстро? Часто – 4. Никогда – 0. Иногда – 2.

5. Кажется ли Вам, что друзья недостаточно Вас ценят и относятся к Вам без должного уважения? Часто – 0. Никогда – 4. Иногда – 2.

### **Результаты.**

**16-20.** Вы стремитесь к успеху и делаете для этого все возможное. Продолжайте в том же духе. Результат Вас порадует.

**10-14.** Неплохой результат, однако, иногда Вы бываете ленивы, и Вам следует поработать над собой, потренировать силу воли.

**Менее 10.** Вам лучше пересмотреть свои взгляды на жизнь: ведь Вам на самом деле ничего не надо. Так можно всю жизнь на печи пролежать.

## **ЛЮБИТ ЛИ ВАС БЛИЗКИЙ ЧЕЛОВЕК?**

На каждое из следующих утверждений Вы должны дать только один из возможных ответов:

Да, это так – 4 очка.

Вероятно, это так – 3 очка.

Вряд ли это так – 2 очка.

Это совсем не так – 1.

1. Я чувствую, что могу доверять близкому человеку абсолютно всё.
2. Я знаю, что моя вторая половина хорошо ко мне относится.
3. Я могу сказать, что моя вторая половина принадлежит только мне.
4. Моя вторая половина – самое обаятельное создание в мире.
5. Для своей второй половины я сделаю абсолютно всё.
6. Мне хотелось бы походить на свою вторую половину.
7. Когда мне плохо, то хочется поделиться только со своей второй половинкой.
8. Я думаю, что мы внутренне похожи друг на друга.

9. Я чувствую себя в ответе за то, что бы моей второй половинке было хорошо.
10. В большинстве случаев моя вторая половинка нравится людям при первом же знакомстве.
11. Мне приятно чувствовать, что моя вторая половина мне доверяет больше других.
12. Моя вторая половинка отличается большим умом.
13. Мне было бы очень тяжело, если бы пришлось жить без моей второй половинки.
14. Когда мы вместе, у нас всегда схожее настроение.

### **Результат.**

**14-28.** Увы, говорить о положительных чувствах не приходится.

**29-42.** Вполне можете утешиться тем, что счастье не только в любви, а в уважении и дружбе.

**43-56.** К Вам относятся с настоящей, сильной любовью.

### **УМЕЕТЕ ЛИ ВЫ УПРАВЛЯТЬ СЕМЕЙНЫМ БЮДЖЕТОМ?**

1. Используете ли Вы поход по магазинам в качестве успокоительного средства?

- Конечно, это же лучшее средство от депрессии – 0.
- Большие траты никогда не поднимают мне настроения – 3.
- Иногда, но никогда не трачу больше определенной суммы – 1.

2. Как часто Вы закупаете продукты?

- Раз в неделю 1.
- Два раза в неделю – 2.
- Каждый день – 0.

3. Ведете ли Вы учет всех своих расходов?

- Как же без этого? – 3.
- Нет, нельзя же так портить себе жизнь – 0.
- Пробовали, но ничего из этого не получилось – 1.

4. Какие подарки Вы обычно дарите?

- Какой-нибудь приятный пустячок, нельзя же спустать половину бюджета на подарки – 3.

- Что-нибудь не очень дорогое, чтобы не обязывать людей – 2.

- Обычно это дорогие вещи из модных магазинов – 0.

5. Довольны ли Вы своей зарплатой?

- Да – 2.

- Хочу, чтобы мне повысили зарплату в два раза – 3.

- Вряд ли мне где-нибудь предложат зарплату, которой бы мне хватило – 0.

6. Знаете ли Вы точно, сколько денег в Вашем кошельке?

- Конечно – 4.

- Приблизительно – 2.

- Понятия не имею – 0.

7. Как часто Вы берете деньги взаймы?

- Довольно часто – 0.

- Никогда – 3.

- Иногда случается – 2.

### **Результат.**

**Если Вы не набрали даже 6 баллов,** то Вас смело можно назвать настоящей транжирой. Если бы Вы не были ограничены в ресурсах, то местом Вашего постоянного времяпрепровождения наверняка были бы магазины. Вы живете сегодняшним днем и совершенно не умеете планировать свой бюджет. В результате создается порой ложное впечатление, что Вы или Ваш муж слишком мало зарабатываете. А это в свою очередь приводит к семейным конфликтам. Может, стоит поискать другие радости в жизни, кроме «шопинга»?

**От 6 до 14 баллов.** Вы хорошо умеете управлять семейными финансами. Вас можно ставить в пример Вашим друзьям. Вы выработали правильное отношение к деньгам – для Вас они не цель, а средство ее достижения.

**Если Вы набрали более 14 баллов,** то Вы просто очень экономны. Вы редко покупаете понравившуюся Вам вещь сразу, А сначала проведете настоящее

маркетинговое исследование – обойдете все близлежащие магазины в поисках более дешевого варианта, обзвоните всех друзей, чтобы узнать у них, где еще можно найти более выгодный вариант. И, в конце концов, можете отложить покупку до лучших времен. Что самое интересное, это решение может быть никак не связано с размером Ваших доходов. Подумайте, сколько времени Вы тратите на то, чтобы проявить бережливость и почему Вас так радует осознание того, что Вы сэкономили несколько рублей, уличив продавца на рынке в том, что он Вас обвесил. Может, стоит научиться получать удовольствие от чашечки кофе, выпитой с друзьями в кафе, забыв о том, что дома, Вы смогли бы выпить 10 чашек за те же деньги?

### **ЦВЕТОГРАММА НАШИХ ЧУВСТВ**

1. Предпочтение красного – энергичность и направленность на внешний мир.  
Неприязнь к красному – пассивность или отсутствие энергии.
2. Предпочтение синего – стремление к покою, направленность на внутренний мир.  
Неприязнь к синему – неумение расслабляться, отдыхать, нежелание сосредоточиться.
3. Предпочтение зеленого – творчество, гармония во внутреннем мире.  
Неприязнь к зеленому – нет желания реализовать себя, отсутствие трудолюбия, низкая самооценка.
4. Предпочтение желтого – хорошее настроение, умение надеяться и верить.  
Неприязнь к желтому – угнетенное состояние, разочарование.

5. Предпочтение фиолетового – чувственность, внушаемость, искренность, любовь к искусству.

Неприязнь к фиолетовому – подавлена способность к счастью и искренности.

6. Предпочтение коричневого – чрезмерная забота о материальном лили внутренние конфликты.

Неприязнь к коричневому – временами забываете о себе и своих потребностях.

7. Предпочтение белого – отказ от внутренней борьбы с конфликтами.

Неприязнь к белому – не несет значительной информации.

8. Предпочтение серого – отказ от самораскрытия, утомление, уход в свою «скорлупу» от окружающих.

Неприязнь к серому – открытость перед миром и собой.

9. Предпочтение черного – явно выраженный внутренний протест, страх, вынужденное упорство. Кстати, такое предпочтение нормально для подросткового возраста с его хроническим нигилизмом.

Неприязнь к черному – отсутствие внутренних страхов.

## **ВЫ И ВАША СЕМЬЯ**

1. Знаю, что члены моей семьи часто бывают недовольны мною.

2. Чувствую, что как бы я не поступил, все равно будет не так.

3. Я многого не успеваю сделать.

4. Так получается, что именно я оказываюсь виноватым во всем, что случается в моей семье.

5. Часто чувствую себя беспомощным.

6. Дома мне часто приходится нервничать.

7. Часто чувствую себя неуклюжим и неловким.



8. некоторые считают меня бестолковым.
9. Когда я дома, я все время из-за чего-то тревожусь.
10. Часто чувствую не себе критические взгляды.
11. Идя домой, все время думаю: «что там случилось в мое отсутствие?»
12. У меня постоянное ощущение, что мне надо еще много сделать.
13. Нередко чувствую себя лишним, даже дома.
14. У меня такое положение, что просто опускаются руки.
15. Мне постоянно приходится сдерживаться.
16. Мне кажется, что если бы я вдруг исчез, то никто бы не заметил.
17. Иногда думаешь, что делать будешь одно, но приходится делать совсем другое.
18. Как подумаю о своих делах, начинаю волноваться.
19. Некоторым членам моей семьи бывает неудобно за меня перед своими друзьями и знакомыми.
20. Часто хочу сделать хорошо, но, оказывается, вышло плохо.
21. Мне многое не нравится в моей семье, но я стараюсь этого не показывать.

### **Результаты.**

Пункты 1,4,7,10,13,16,19 соответствуют чувству вины.

Пункты 2,5,8,11,14,17,20 – чувству тревожности.

Пункты 3,6,9,12,15,18,21 – нервному напряжению.

Если у Вас набралось всего 3 пункта, то с этим можно жить. Но если у Вас набралось 5 и более пунктов, советуем Вам быть начеку.

### **ВАС ЛЕГКО ОБИДЕТЬ?**

Ответ «Да» - 0 баллов. «По-разному» - 1 балл. «Нет» - 2 балла.

1. Легко ли Вам испортить настроение?
2. Долго ли Вы помните обиду и обидчика?

3. Долго ли Вы переживаете мелкие неприятности (чей-то недоброжелательный взгляд, едкое замечание и т.п.)?
4. Долго ли Вы можете находиться в таком состоянии, когда ни с кем не хочется разговаривать?
5. Легко ли Вы отвлекаетесь на посторонние разговоры и шумы?
6. Способны ли Вы длительное время анализировать свои переживания, чувства, поступки?
7. Часто ли Вы действуете под влиянием минутного настроения?
8. Часто ли Вам снятся кошмары?
9. Беспокоит ли Вас мысль, что Вы чем-то хуже других?
10. Часты ли у Вас подъемы и спады настроения?
11. Бывает ли так, что во время спора у Вас заметно меняется тембр голоса, и появляются обычно несвойственные Вам низкие или высокие тона?
12. Легко ли Вас вывести из себя?
13. Даже вкусная еда неспособна исправить Ваше испорченное настроение?
14. Часто ли Вы испытываете раздражение, когда Вас не понимают?

### **Результаты.**

**23-28 баллов.** Вас трудно назвать обидчивым. Ваше душевное состояние устойчиво и редко изменяется в зависимости от ситуации. Кое-кто считает Вас непробиваемым и твердолобым. Иногда Вам завидуют, иногда осуждают – на это не обращайте внимания.

**17-22 балла.** Вы слегка обидчивы. Эта черта характера доставляет Вам немало горьких минут. Вы легко можете вспылить и наговорить грубостей обидчику. Из-за этого у Вас нередко случаются конфликты дома и на работе или в школе. Всегда помните поговорку: «В реке обиды брода не бывает».

Т. Иногда случается, что зажженная сигарет у меня в зубах, но я закурил ее автоматически, неосознанно.

### **Результат.**

За ответ «иногда» – 5 очков. «Часто» - 4. «От случая к случаю» - 4. «Редко» - 2. «Никогда» - 1. Большое количество очков на определенные вопросы, говорит о том, для чего Вы курите.

#### *Первая группа мотивов.*

1. А + Ж + Н – мотив стимулирования, поддержки.
2. Б + З + О – мотив удовольствия от самого процесса курения.
3. В + И + П – расслабление, удовольствие, поддержка.

#### *Вторая группа мотивов.*

4. Г + К + Р – снятие напряженности, придание бодрости.
5. Д + Л + С – неконтролируемое желание закурить, психологическая зависимость.
6. Е + К + Р – привычка.

Результаты могут варьироваться от 3 до 15 очков. Результат от 11 очков и выше говорит о высокой зависимости, 7 и менее очков – о невысокой.

1. Высокое количество очков в Первой группе говорит о том, что Ваша зависимость от табака скорее психологического, чем физического характера. В принципе держа, перебирая в руках что-то более безопасное, чем сигарета (карандаш, ручка, четки и т.п.), вы легко можете избавиться от курения.

2. Дело принимает более серьезный оборот, если Вы получили высокие баллы во Второй группе. Если Вы действительно хотите бросить курить, то важно подумать над тем, чем же на самом деле помогает Вам курение, и попытаться чем-то заменить эту привычку. Для этого достаточно может оказаться лишь усилия воли. Не стоит отказываться и от других средств.

Надеемся, что это тест поможет Вам понять, почему Вы курите, и определить ситуацию, когда табак, как Вам кажется, действительно необходим. Если Вы решите отказаться от курения и подобные ситуации возникнут, Вы должны будете подготовиться к тому, чтобы справиться с этой привычкой, преодолеть себя. Нужно быть готовым и к чувству нехватки сигарет, к тому, что, особенно сначала, Вам придется нелегко. Сейчас применяется много способов избавления от курения. Но важно помнить, что в любом случае, успех будет зависеть, прежде всего, от воли того, кто решил бросить курить.

### **В ПОРЯДКЕ ЛИ ВАШИ ЗАЩИТНЫЕ СИЛЫ?**

«Да» – 10 баллов.

«Нет» – 5 баллов.

1. Страдаете ли Вы излишней худобой или избыточным весом?
2. Простужаетесь больше четырех раз в год?
3. Вы плохо спите, работаете на износ?
4. Ведете малоподвижный образ жизни?
5. Часто переедаете, употребляете мало овощей и фруктов?
6. Любите позагорать, отпуск проводите обычно у моря?
7. Болеете ли каким-либо хронически заболеванием?
8. Курите и излишне потребляете алкогольные напитки?
9. Легко раздражаетесь или расстраиваетесь по пустякам?
10. У Вас мало друзей, общения, и Вы недовольны своей личной жизнью?
11. Живете в городе? Пользуетесь ли общественным транспортом?

12. У Вас тяжелая работа, на Вас все домашние дела?
13. Вам удалили миндалины или же Вы болеете хроническим тонзиллитом?
14. Вы аллергик?
15. У Вас постоянно ледяные руки?
16. Любой недуг Вы пытаетесь победить с помощью лекарств?

### **Результаты:**

**Менее 100 баллов.** У Вас довольно сильный иммунитет. Если Вам и случается заболеть, то обычно все проходит без осложнений. Продолжайте и дальше так же заботиться о своем здоровье.

**От 105 до 130 баллов.** Оснований для серьезного беспокойства пока нет, но Вам пора изменить образ жизни.

**От 135 до 160 баллов.** Ваш иммунитет практически на нуле, поэтому Вы жалуетесь на постоянные недомогания. Пройдите обследование у терапевта, отоларинголога и иммунолога.

### **КАК ФУНКЦИОНИРУЕТ ВАША ИММУННАЯ СИСТЕМА?**

1. Вы ощущаете на себе малейшее изменение погоды, днем часто зеваете и мечтаете поскорей добраться до постели?  
- да, часто – 9  
-иногда бывает – 6  
-редко или никогда – 0
2. Вы с трудом выслушиваете продолжительный рассказ и с трудом следите за ходом дискуссий?  
- да, часто – 10  
- иногда бывает – 5  
- редко или никогда – 0
3. Вы подвержены аллергии?  
- нет – 0  
- раньше страдали – 2  
- да – 8

4. Просыпаетесь ли Вы утром в разбитом состоянии, хотя с вечера вовремя легли спать?

- редко – 2

- часто – 5

- почти всегда – 9

5. Легко ли Вы возбудимы и вспыльчивы?

- да – 8

- иногда – 4

- редко, почти никогда – 0

6. Вы не любите выходить из дома, отказываетесь от приглашений, по вечерам пребываете в заторможенном состоянии?

- часто – 10

- иногда – 5

- почти никогда – 0

7. Если у Вас начинается кашель, то это надолго?

- да – 7

- по-разному – 5

- нет – 0

8. Вы легко подхватываете насморк?

- да – 10

- по-разному – 5

- нет – 0

9. Вы занимаетесь спортом?

- регулярно – 10

- время от времени – 3

- нет – 0

10. У Вас сухая, шелушащаяся кожа?

- да – 10

- временами – 5

- нет – 0

### **Результаты.**

**2-31 балл.** Можете себя поздравить, Ваша иммунная система достаточно стабильна.

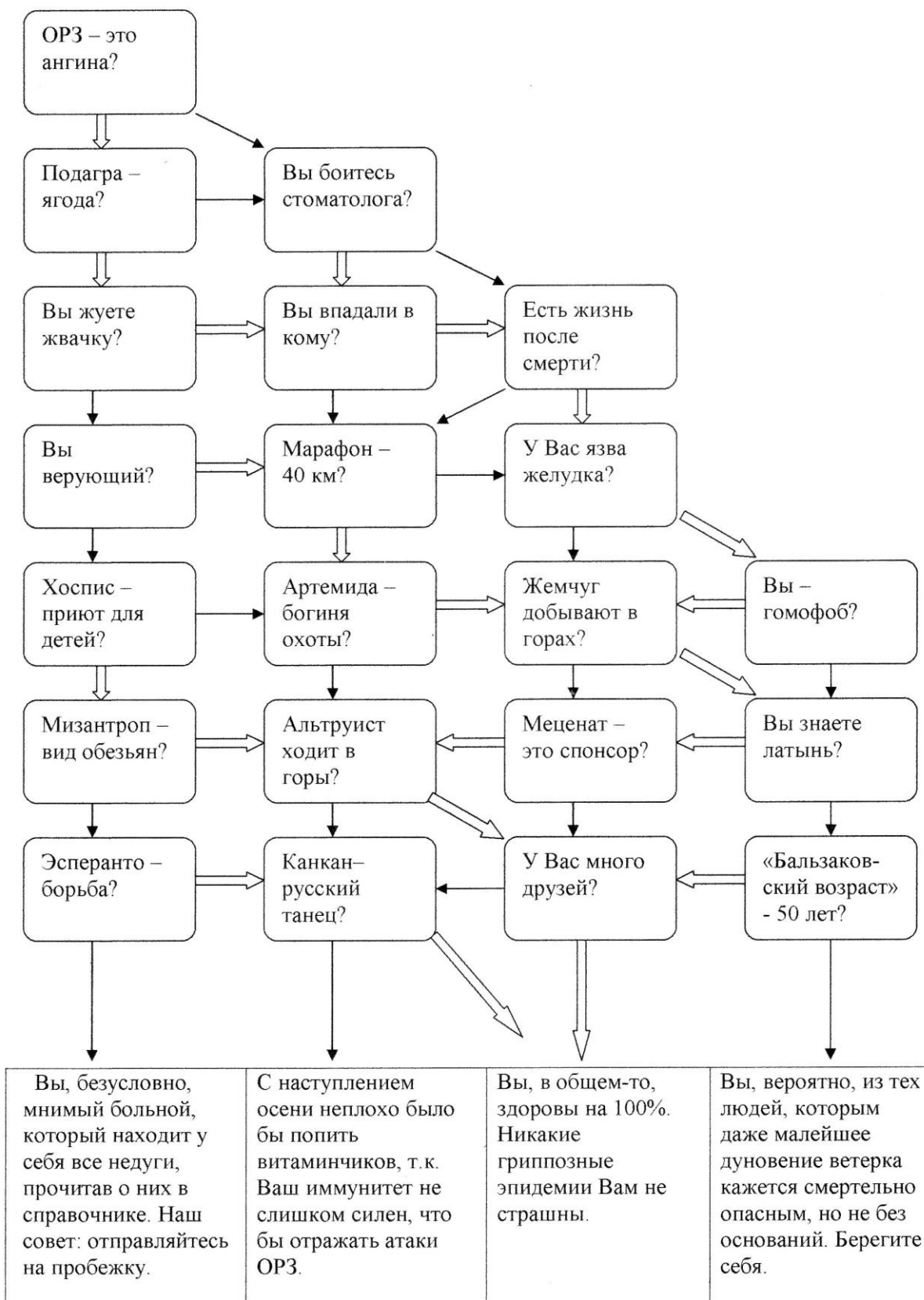
**32-61 балл.** Будьте осторожны, Ваша иммунная система в опасности, хотя пока функционирует неплохо. Но не переоценивайте своих возможностей. Не забывайте про здоровый образ жизни, употребляйте больше витаминов.

**62-90 баллов.** Ваша иммунная система оставляет желать лучшего. Вы сможете помочь ей, основательно перестроив режим питания, увеличив продолжительность сна, отказавшись от алкоголя и никотина, и уделив внимание спорту – минимум 20 минут в день спортивных упражнений.

### ПОСЛОВИЦЫ И ПОГОВОРКИ

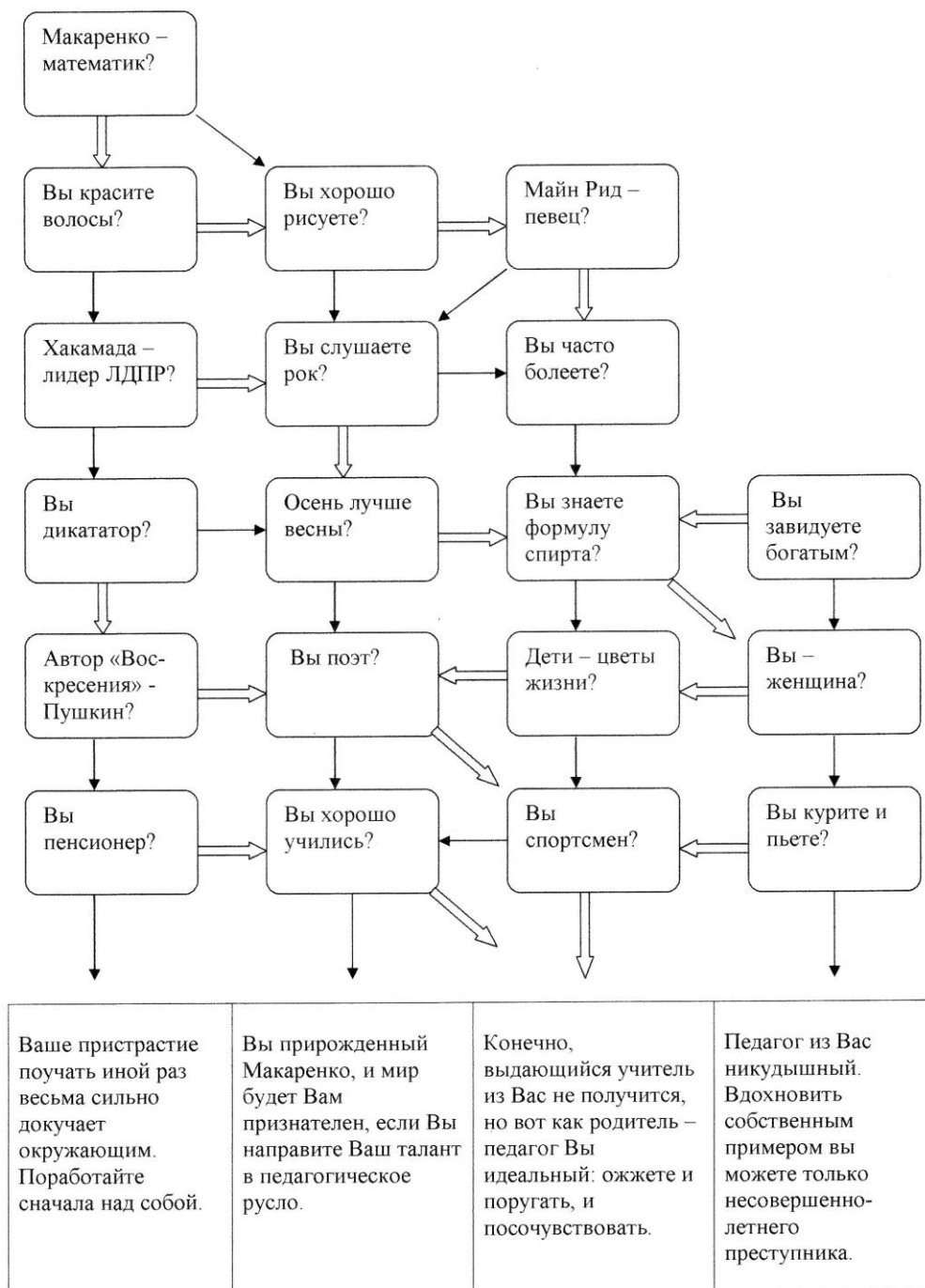
Болеешь – лечись, а здоров – берегись.  
Больному и золотая кровать не поможет.  
Был Ива, а стал Болван – всё винцо виновато.  
Вино работе не товарищ.  
Вино с разумом не ладит.  
Хмель шумит – ум молчит.  
Великому нужен завтрак, обед и ужин.  
Где винцо, там и горюшко.  
Где здоровье, там и красота.  
Горьким лечат, сладким калечат.  
Долго спать – утра не видать.  
Здоровье всего дороже.  
Здоровому врач не надобен.  
Здоровье за деньги не купишь.  
Кто много лежит, у того бок болит.  
Меньше пить – дольше жить.  
Сон лучше всякого лекарства.  
У пьяницы на уме склянице.  
Чистота – половина здоровья.  
В людях – Илья, а дома – свинья.  
Добрая жена – веселье, а худая – злое зелье.  
Дом с детьми – базар, а без детей – могила.  
Жена не гусли, поиграв, на стенку не повесишь.  
Жениться – не лапоть надеть.

## КАКОЙ У ВАС ИММУНИТЕТ?

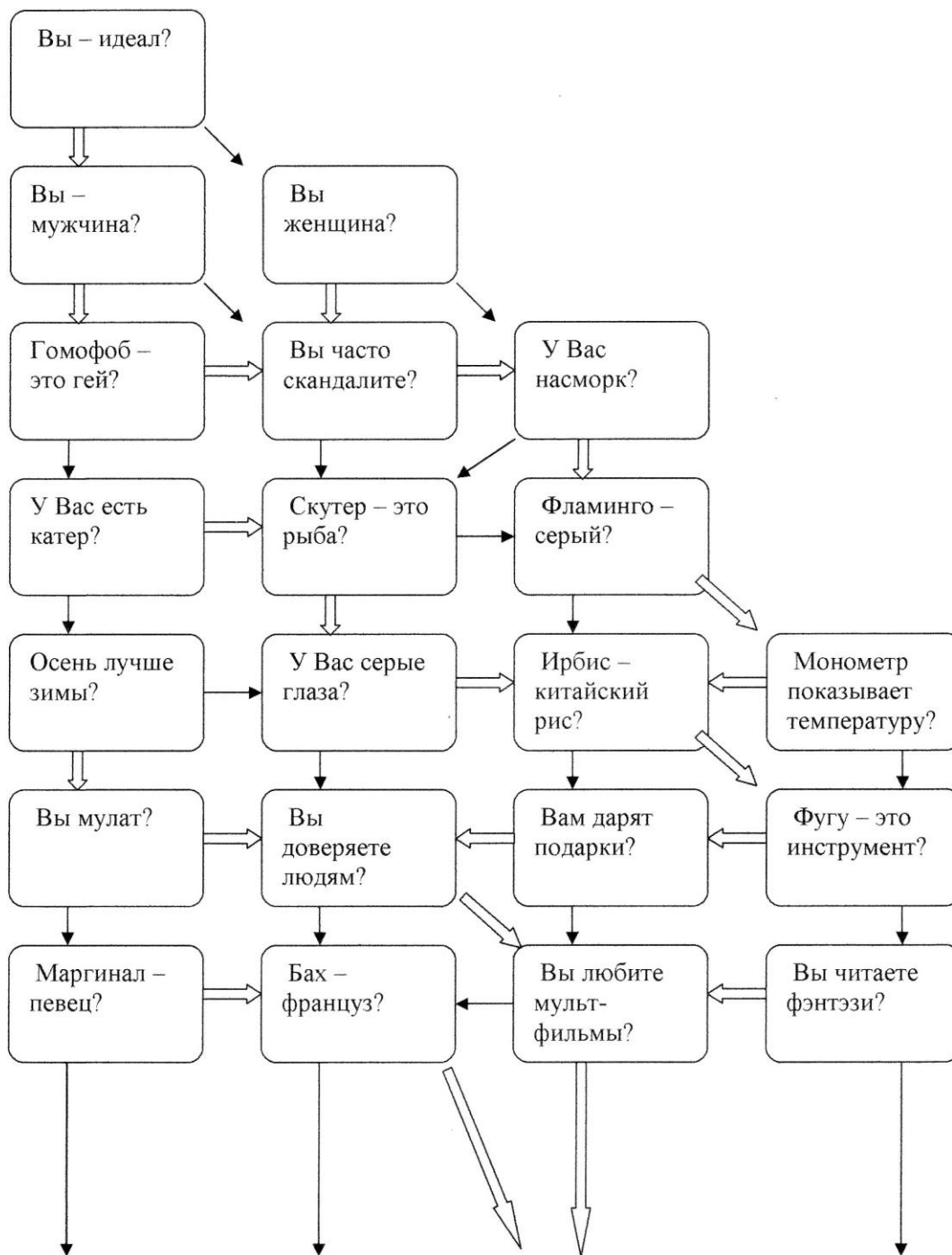




## КАКОЙ ИЗ ВАС ПЕДАГОГ?

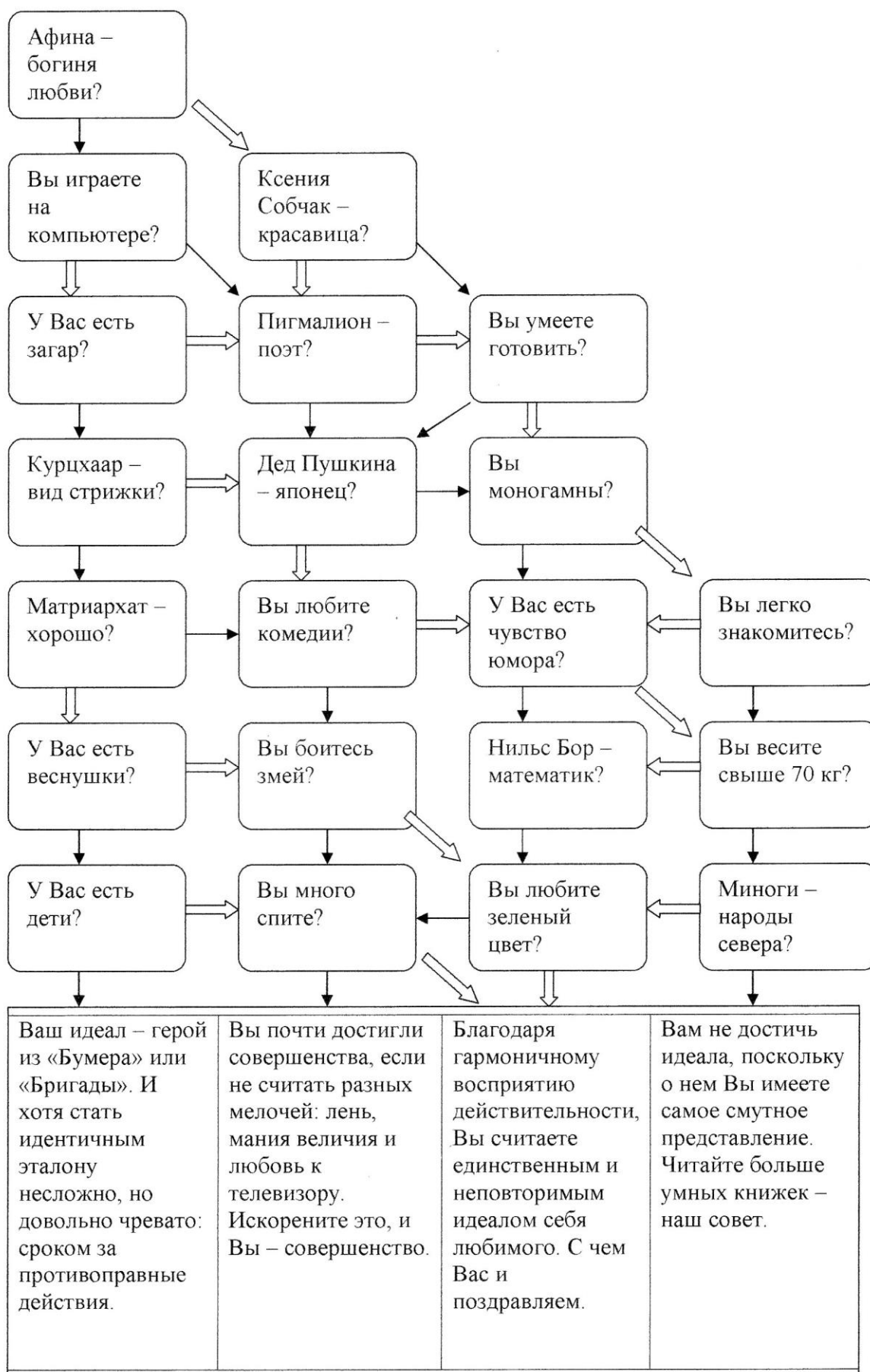


## УМЕЕТЕ ЛИ ВЫ ЦЕНИТЬ СВОЮ СЕМЬЮ?

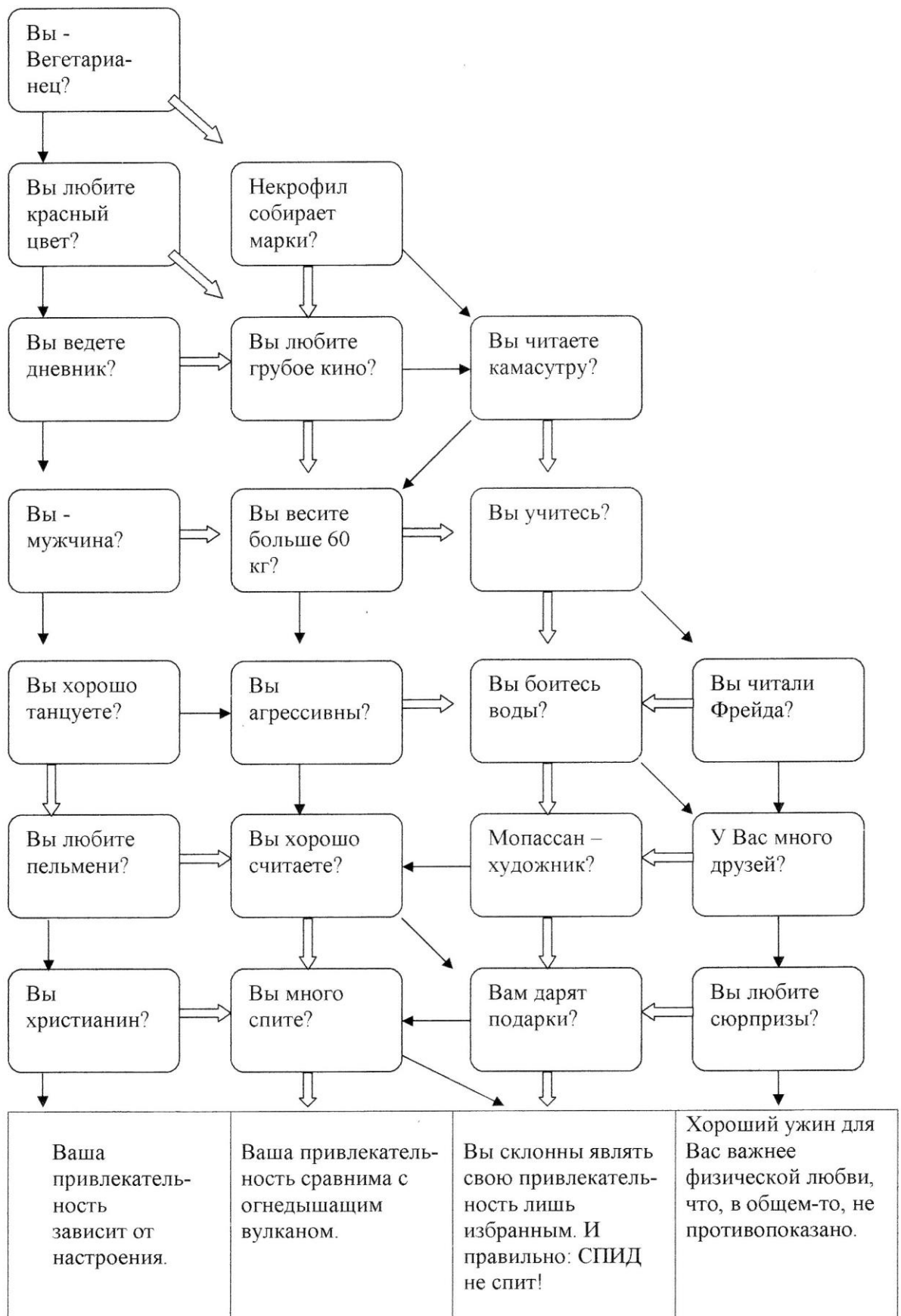


|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
| <p>Поскольку семьи у Вас еще нет, есть время подготовиться к этому посерьезней. Читайте книги.</p> | <p>Вы живете по законам Домостроя и цените своих близких по старшинству. Любить надо всех одинаково!</p> | <p>Вы цените свою семью, как подобает нормальному цивилизованному человеку. А близкие платят Вам теми же добрыми чувствами.</p> | <p>Вы абсолютно не способны оценить то счастье и радость, которую дарят Вам близкие люди. Смотрите, как бы не раскаться!</p> |
|--|--|---|--|

## НАСКОЛЬКО ВЫ БЛИЗКИ К ИДЕАЛУ?



## НАСКОЛЬКО ВЫ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНЫ?



|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| «Демериум<br>тременс» -<br>растение?  |   |   |   |   |   |
| ↓   | ↘ |   |   |   |   |
| Вы –<br>боксер?   |   | Вы<br>смотрите<br>спортивные<br>игры?   |   |   |   |
| ↓   | ↘ | ↓   | ↘ |   |   |
| Вы знаете<br>японский<br>язык?  | → | Вы боитесь<br>мороза?   | → | У Вас<br>астма?   |   |
| ↓   |   | ↓   | ↘ | ↓   |   |
| «Буцефал» –<br>марка<br>автомобиля?   | → | «ЦСКА» -<br>чемпион?  | → | «Перфор-<br>манс» –<br>искусство<br>любви?  |   |
| ↓   |   | ↓   | ↓ | ↓   | ↘   |
| Вы<br>читаете<br>газеты?  | → | Вы<br>слушаете<br>рэп?  | → | Спорт –<br>это жизнь?   | ←   |
| ↓   |   | ↓   | ↓ | ↓   | ↘   |
| Вы –<br>гурман?   | → | Вы любите<br>вестерны?  | ← | Вы –<br>агрессор?   | ←   |
| ↓   |   | ↓   | ↓ | ↓   | ↓   |
| Спартанцы<br>вымерли?   | → | Ной –<br>библейский<br>пророк?  | ← | Цимбала –<br>насекомое?   | ←   |
| ↓   |   | ↓   | ↘ | ↓   | ↓   |
| Вы и спорт –<br>братья-близ-<br>нецы.<br>Настала по-<br>ра готовить-<br>ся к Олим-<br>пиаде в<br>качестве<br>участника. |   | Вы,<br>вероятно,<br>со спортом<br>на «ты». Ва-<br>ше здо-<br>ровье не<br>купленное,<br>а кровно<br>заработан-<br>ное. |   | Вы предпо-<br>читаете<br>спортивные<br>баталии на<br>экране ТВ.<br>Так делает,<br>кстати, и<br>большин-<br>ство<br>Россиян. | Вы ненави-<br>дите физ-<br>культуру,<br>как Ленин<br>буржуазию.<br>Весьма<br>опротмет-<br>чиво:<br>сердечно-<br>сосудистая<br>система<br>Вам этого<br>не простит. |

|  |   |  |   |  |   |  |
|--|---|--|---|--|---|--|
| Ватель был кулинаром?                          |   |  |   |  |   |  |
| ↓  | ↘ |  |   |  |   |  |
| У Вас есть язва?                               |   | Вы любите яблоки?  |   |  |   |  |
| ↓  | ↘ | ↓  | ↘ |  |   |  |
| Шитако – борба?                                | ↔ | Вы ели «Анаком»?   | → | Креветка – это рыба?   |   |  |
| ↓  |   | ↓  | ↘ | ↓  |   |  |
| Арака – японская водка?                        | ↔ | Вы обедаете на работе?   | → | Вы пьете кофе «Пеле»?  |   |  |
| ↓  |   | ↓  | ↘ | ↓  |   |  |
| Каннибалы–спортсмены–лыжники?                  | ↔ | Змей едят?   | → | Киви – попугай?  | ← | Мангуст – это крыса?   |
| ↓  |   | ↓  |   | ↓  | ↘ | ↓  |
| Крокодил сильнее льва?                         | → | У Вас есть племянники?   | ← | Манка – продукт пшеницы?   | ← | Новый год – год кролика?   |
| ↓  |   | ↓  | ↘ | ↓  |   | ↓  |
| Вы безумны?                                    | ↔ | Стрихнин – приправа?   | ← | Вы на диете?   | ← | Вы весите больше 90 кг ?   |
| ↓  |   | ↓  | ↘ | ↓  |   | ↓  |
| Ваш рацион практически идеален, как и вы сами. |   | Вы стараетесь питаться разумно, не перегружая организм избытком белков, жиров и углеводов. |   | Вы, как и всякий русский, диетической пище всегда предпочитаете соленое, перченое и жареное. |   | Вашему желудку позавидует и акула, так как Вы можете есть все: от «Аннакома» до битого стекла. |

|  |   |  |   |  |   |  |
|--|---|--|---|--|---|--|
| Ватель был кулинаром?                          |   |  |   |  |   |  |
| ↓  | ↘ |  |   |  |   |  |
| У Вас есть язва?                               |   | Вы любите яблоки?  |   |  |   |  |
| ↓  | ↘ | ↓  | ↘ |  |   |  |
| Шитако – борьба?                               | ↘ | Вы ели «Анаком»?   | → | Креветка – это рыба?   |   |  |
| ↓  |   | ↓  | ↘ | ↓  |   |  |
| Арака – японская водка?                        | ↘ | Вы обедаете на работе?   | → | Вы пьете кофе «Пеле»?  |   |  |
| ↓  |   | ↓  | ↘ | ↓  |   |  |
| Каннибалы – спортсмены – лыжники?              | ↘ | Змей едят?   | → | Киви – попугай?  | ← | Мангуст – это крыса?   |
| ↓  |   | ↓  |   | ↓  | ↘ | ↓  |
| Крокодил сильнее льва?                         | → | У Вас есть племянники?   | ← | Манка – продукт пшеницы?   | ← | Новый год – год кролика?   |
| ↓  |   | ↓  | ↘ | ↓  |   | ↓  |
| Вы безумны?                                    | ↘ | Стрихнин – приправа?   | ← | Вы на диете?   | ← | Вы весите больше 90 кг ?   |
| ↓  |   | ↓  | ↘ | ↓  |   | ↓  |
| Ваш рацион практически идеален, как и вы сами. |   | Вы стараетесь питаться разумно, не перегружая организм избытком белков, жиров и углеводов. |   | Вы, как и всякий русский, диетической пище всегда предпочитаете соленое, перченое и жареное. |   | Вашему желудку позавидует и акула, так как Вы можете есть все: от «Аннакома» до битого стекла. |

## УРОК «ОРДЕНА – ПОЧЕТНЫЕ НАГРАДЫ ЗА ВОИНСКИЕ ОТЛИЧИЯ, ЗАСЛУГИ В БОЮ И В ВОЕННОЙ СЛУЖБЕ»

Цель: воспитание патриотизма, духовно-нравственных качеств личности, интереса к историческому прошлому и настоящему России.

Оборудование: репродукции российских наград, портреты исторических личностей.

Ход урока.

Учащиеся делятся на команды. За правильные ответы они получают баллы, которые записывает заранее выбранный «секретарь».

| Вопросы учителя   | Ответы учащихся  |
|---|--|
| Ещё в глубокой древности зародился обычай награждать людей, отличившихся на полях сражений и проявивших храбрость, отважившихся на героические поступки. В античные времена воины награждались почётным знаком в виде венка или короны. Постепенно создавалась система воинских наград. |  |
| Вспомните, какими дарами жаловали за службу сказочного доброго молодца.   | Иван получал в награду драгоценный перстень, булатный меч, красну девицу и полцарства в придачу. |
| Наградами служили сукно, кафтаны, золотая и серебряная посуда, сибирские меха и заморские.  |  |
| Чем мог жаловать государь России своих подданных, проявлявших героизм? Вспомним историю.  | Конем, доспехами, земельными угодьями.   |
| Легенда гласит, что за покорение Сибири Иван Грозный наградил воинов отряда Ермака деньгами, а самому Ермаку жаловал шубу со своего плеча. Как известно, Ермак Тимофеевич был казачьим атаманом.  |  |
| А каких казаков он повёл в Сибирь? (учитель раздаёт командам варианты ответов на карточках)<br>Варианты ответа:<br>а) запорожских казаков;<br>б) донских казаков;<br>в) волжских казаков;<br>г) яицких казаков.   | Волжских казаков.  |



|  |  |
|--|--|
| <p>Шубу из какого меха подарил Иван Грозный Ермаку?</p> <p>а) норковую;<br/>б) соболиную;<br/>в) лисью;<br/>г) песцовую.</p>   | Соболиную.   |
| <p>Первым знаком отличия в Древней Руси стала золотая шейная гривна. При царе-труженнике Петре I наградное дело сильно изменилось. Отменив все прежние награды, он учредил первый российский орден Святого Андрея Первозванного.</p>   |  |
| <p>Когда впервые был вручен Орден Андрея Первозванного?</p> <p>а) 1699 г.<br/>б) 1700 г.<br/>в) 1701 г.<br/>г) 1721 г.</p>   | 1699 г.  |
| <p>Этот орден был вручен соратнику Петра I Федору Головину. Одним из знаков отличия были титулы – форма обращения к лицу того или иного чина.</p>  |  |
| <p>Вспомните формы обращения к старшим по званию и чину в царский период. Приведите наибольшее число примеров.</p>   | <p>Ваше высокопревосходительство,<br/>Ваше сиятельство,<br/>Ваше благородие,<br/>Ваше высокородие и т.д.</p> |
| <p>Слово «медаль» произошло от латинского «медалиум», что означает литой металлический знак для награды. Слово «орден» в средневековой Европе означал «отряд, организация».</p>  |  |
| <p>Могут ли наградить воинскую часть орденом, если да, то куда её прикрепляют?</p>   | <p>Проявившую в бою мужество воинскую часть награждают орденом, который прикрепляют к её знамени.</p>        |
| <p>Что такое аксельбанты?</p>  | <p>Это плетёные шнуры, прикрепляемые на форму военнослужащих.</p>  |
| <p>По количеству аксельбантов на солдатском мундире можно определить, сколько раз награждалась воинская часть орденами. В 1741 г. Елизавета Петровна совершила государственный переворот и взошла на Российский престол с помощью гренадерской роты Преображенского полка. Роту она назвала лейб-компанской.</p> |  |

|  |  |
|--|--|
| Что это означает?  | «Лейб» - по-немецки значит «тело». Рота стала называться так потому, что охраняла императрицу, её тело, т.е. солдаты роты стали телохранителями императрицы. |
| Какую из высших наград, которая выступает в качестве поощрения за успехи в труде, в науке, в искусстве, и борьбе за сохранение мира, вы знаете?  | Нобелевская премия.  |
| Альфред Нобель жил в XIX в. Среди его открытий были динамит и нитроглицерин. Поэтому он ощутил потребность сделать что-то для сохранения мира.   |  |
| Какой орден был высшей наградой в царской России?<br>а) Орден Андрея Первозванного;<br>б) Орден Георгия Победоносца;<br>в) Орден Александра Невского;<br>г) Орден Святого равноапостольного князя Владимира. | Орден Андрея Первозванного.  |
| Укажите, кто из перечисленных лиц является генералиссимусом:<br>а) Г.К. Жуков;<br>б) К.К. Рокоссовский;<br>в) А.С. Шеин;<br>г) П.И. Ягужинский.  | А.С. Шеин, сподвижник Петра I. Первый генералиссимус в истории России.   |
| Орден Александра Невского был учрежден:<br>а) Петром I;<br>б) Павлом I;<br>в) Николаем II;<br>г) И.В. Сталиным   | Петром I.  |
| Какой орден вручался женщинам?<br>а) Орден Святой Екатерины;<br>б) Орден Святой Анны;<br>в) Орден Святого Иоанна Иерусалимского;<br>г) Орден Андрея Первозванного.   | Орден Святой Екатерины, учреждённый Петром I (учитель может вкратце рассказать об истории ордена).   |
| Кто был полным кавалером Ордена Святого Георгия?<br>а) А.В. Суворов;<br>б) М.И. Кутузов;<br>в) Ф.Ф. Ушаков;<br>г) П.С. Нахимов.  | М.И. Кутузов.  |
| За особые заслуги в современной России представителей военных профессий награждают особым званием. Назовите его.   | Герой России.  |

|  |  |
|--|--|
| Когда было установлено это звание и какой отличительный знак его сопровождает? | 1992 г., знак отличия – медаль «золотая звезда». |
| Попробуйте назвать представленные на репродукциях награды.                     |  |
| Учитель подводит итоги урока и поощряет команду победителей.                   |  |

**УРОК «ОСОБЕННОСТИ ГОРОДА КАК СРЕДЫ ОБИТАНИЯ»**  
(для 5го класса)

Цель: способствовать формированию безопасного типа поведения в городе.

Оборудование: видеофильм.

Ход урока основывается на командном соревновании. В начале урока учитель разъясняет правила игры.

| <b>Вопросы учителя</b>  | <b>Ответы учащихся</b>   |
|---|--|
| Сегодня мы разберём новую тему и сыграем. Итак, город. Каковы его особенности, как среды обитания? Люди селятся вместе, образуя деревни, посёлки и города. Вместе жить удобнее, т.к. человек – существо общественное. Сейчас большая часть населения живёт в городах. А городское население России составляет 2/3 всего населения страны. |  |
| Что такое «город»?  | Место существования и жизни людей.   |
| Здесь сосредоточены достижения науки, искусства, производство разных вещей.   |  |
| Городская жизнь – это хорошо или плохо? В чём положительные черты жизни в городе?   | Городская жизнь – это хорошо, т.к. в городах большие дома, есть все удобства, театры, кино, парки, цирки, больницы и поликлиники.                        |
| В общем, для обслуживания населения все службы расположены близко, развиты различные виды коммуникации.   |  |
| А чем плоха жизнь в городе?   | Жить в городе опаснее, чем в деревне. Очень много равнодушных людей. Городской житель не всегда знает соседей по площадке. В городах много преступников. |

|   |  |
|---|--|
|   |  |
| Чем отличается жизнь в городе от деревенской жизни с точки зрения безопасности?   | В отличие от деревенских жителей, горожане вынуждены прибегать к помощи специальных служб. Горожане редко работают рядом с домом, и поэтому по дороге на работу подвергаются опасности как пешеходы или водители. Большая скученность народа в городе в некоторых случаях может привести к панике и давке. Стихийные бедствия, которые являются чрезвычайными ситуациями в городе, приводят к большим жертвам. Из-за скопления множества предприятий в городе плохая экологическая обстановка, которая пагубно влияет на здоровье горожан. |
| Перечислите опасные чрезвычайные ситуации, которые могут быть в городе.   | Транспортные аварии, криминогенные ситуации, пожары, взрывы, обрушения зданий и сооружений, нарушения работы коммуникаций, социальные конфликты и т.д.   |
| Увеличивая своё благосостояние, люди боятся его потерять. Каким образом в городе люди охраняют своё имущество?  | Ставят сигнализацию, заводят сторожевых собак, укрепляют двери и окна.   |
| Собака – друг человека. А могут ли быть собаки опасными?  | Некоторые породы собак обладают повышенной злобностью и могут быть опасны для жителей города.  |
| Нередки случаи, когда собаки нападают на детей или даже хозяев. Наибольшее количество случаев связано с такой породой бойцовских собак, как питбультерьер. Поведение любой собаки может оказаться непредсказуемым. Поэтому существует правило выгула больших собак в намордниках. Также в намордниках их перевозят и в транспорте, где много людей в тесноте. |  |
| Какие виды транспорт вы знаете?   | Автобус, троллейбус, трамвай, поезд в метро, автомобиль, мотоцикл, мопед, велосипед.   |
| Какая самая страшная опасность в городе и почему?   | Пожары, т.к. они приводят к большому числу жертв.  |

|  |  |
|--|--|
| <p>В городе при пожаре в многоэтажном здании опасности подвергаются сразу много людей. А эвакуировать их с верхних этажей очень трудно, а иногда невозможно. В опасных ситуациях не всегда можно надеяться на спасателей, поэтому нам надо учиться оказывать помощь пострадавшим и тем, кто находится рядом.</p>   |  |
| <p>Какие службы города обеспечивают безопасность? Назовите их телефоны.</p>  | <p>01 – пожарная охрана; 02 - полиция, 03 – скорая помощь; 04 – служба газа.</p> |
| <p>Также существует служба спасения с телефоном 112 (учитель задиктовывает службы и номера их телефонов для записи в тетради).<br/>         Большинство окружающих нас опасностей кажутся нам далёкими и не касающимися нас. Но мы должны научиться узнавать опасности, предугадывать и избегать их. А попав в опасную ситуацию, правильно действовать.<br/>         Учитель подводит итоги.</p> |  |

#### ИГРА «НАЗЫВАЙКА» ПО ТЕМЕ «БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ НА ВОДЕ»

Игра основывается на ассоциативном мышлении. Ответы учеников должны быть конкретными и быстрыми.

1. Опасность на пляже (солнечный удар).
2. Одно из средств спасения на воде (спасательный круг).
3. Ящик, где собраны медикаменты (аптечка).
4. Не знаешь дна – не прыгай в воду (коряга под водой).
5. Опасность зимних водоёмов (тонкий лёд).
6. Телефон скорой медицинской помощи (03).
7. Средства для остановки кровотечения (бинт, йод, жгут, вата).
8. Самодельное плавательное средство (плот).
9. Опасные средства, которыми пользуются на рыбалке (леска, крючок).
10. Самое распространённое вещество на Земле (вода).
11. Основная причина гибели людей на воде (алкоголь).
12. Признаки непрочного льда (мутный голубовато-зелёный лёд).
13. Опасность наводнения (затопление).
14. Опасность грязного водоема (бактерии).
15. Навык водного спасателя (осторожность).

## ИГРОВОЙ МОМЕНТ ПО ТЕМЕ «ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ»

### Отгадки по описанию

1.

- Инфекционное заболевание, чаще детское, передающееся воздушно-капельным и контактным путём.
- Сопровождается воспалением носоглотки гортани, вызванным токсикогенными коринебактериями, с образованием сероватых плёнок.
- Профилактика – массовая вакцинация.

Ответ: дифтерия.

2.

- Острая респираторная инфекция, передающаяся преимущественно воздушно-капельным путём.
- Возбудителями являются вирусы А, В, С; штаммов вирусов более 200.
- Источником болезни является человек в первые 4-7 дней заболевания.
- Профилактика – изоляция больного, проветривание, влажная уборка, закаливание, правильное питание, профилактика переутомления.

Ответ: грипп.

3.

- Инфекционное заболевание, относящееся к заболеваниям, поражающим в первую очередь печень человека и вызывающее её воспаление.
- Вирус А, В, С, D, E. Передаётся через кровь, слюну, семенную жидкость.
- Профилактика – соблюдение личной гигиены, использование одноразовых медицинских инструментов, а также вакцинация.

Ответ: инфекционный гепатит.

4.

- Инфекционное заболевание человека и животных, поражающее в основном органы дыхания, а также мочеполовую систему, глаза, лимфатические узлы, кости и кожу.
- Передаётся от больного человека или больного крупного рогатого скота воздушно-капельным, воздушно-пылевым и контактным способами.
- Профилактика – ЗОЖ, соблюдение сан-гигиенических норм.

Ответ: туберкулёз.

5.

- Инфекционное заболевание, характеризующееся синдромом общей инфекционной интоксикации и синдромом поражения желудочно-кишечного тракта бактерией из рода шигелл.
- Источником заражения является больной человек, что сопровождается воспалением стенки толстого кишечника, частым жидким стулом, схваткообразными болями в животе, появлением слизи и крови в фекалиях.
- Профилактика – соблюдение санитарно-гигиенических норм. При недолеченной форме заболеваний наблюдается бациллоносительство.

Ответ: дизентерия.

6.

- Острое инфекционное заболевание, поражающее желудочно-кишечный тракт.
- Основным источником заражения являются животные, преимущественно птицы, иногда люди. Бактерии этого заболевания активно размножаются в пищевых продуктах, особенно в мясе, масле, яйцах, молоке. Распространяется контактно-бытовым или пищевым путём. Сопровождается симптомами, напоминающими дизентерию.
- Профилактика – соблюдение правил личной гигиены, сроков и условий хранения продуктов, а также соблюдение санитарного режима на предприятиях пищевой промышленности и общественного питания.

Ответ: Сальмонеллез.

7.

- Инфекционное заболевание, вызываемое токсинами бактерий, которые чаще появляются в консервированных продуктах без доступа воздуха. Возбудитель поражает нервную систему.
- Возбудителем являются анаэробные палочки семи типов – А, В, С, D, E, G. Источником инфекции служат различные животные, для которых эта инфекция является безвредной.
- Профилактика – строгое соблюдение правил домашнего приготовления овощных, грибных и фруктовых консервов.

Ответ: ботулизм.

### ТЕСТ «В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ ЗДОРОВЫЙ ДУХ»

1. Самый лучший способ быть в хорошей форме – каждый день делать зарядку с большой нагрузкой.  
а) верно;  
б) неверно.
2. Чем больше разрабатываешь мышцы – тем слабее они становятся.  
а) верно;  
б) неверно.
3. Вы не можете переусердствовать в занятиях спортом: чем больше вы занимаетесь – тем лучше.  
а) верно;  
б) неверно.
4. Эффект от спортивных упражнений наступает тогда, когда вы начинаете задыхаться, выполняя их.  
а) верно;  
б) неверно.
5. Заниматься упражнениями одинаково хорошо и в тепле и на холоде.  
а) верно;  
б) неверно.
6. Можно приобрести хорошую форму и поддерживать её, занимаясь спортом всего лишь несколько минут в неделю.

- а) верно;  
б) неверно.
7. Ритмическая гимнастика – самое лучшее упражнение для разогрева.  
а) верно;  
б) неверно.
8. Если вы будете интенсивно и постоянно заниматься спортом, то у вас будут сильные мышцы.  
а) верно;  
б) неверно.
9. Для того, чтобы окрепнуть, необходимо делая зарядку постоянно увеличивать нагрузку.  
а) верно;  
б) неверно.
10. Вы не должны отказываться от своего обычного комплекса упражнений, если не зажила травма.  
а) верно;  
б) неверно.
11. От зарядки только по выходным больше вреда, чем пользы.  
а) верно;  
б) неверно.

Соотнесите свои ответы с рекомендациями учёных.

1. Неверно. Вашим мышцам нужно время, чтобы отдохнуть от большой нагрузки. Луче всего менять программу: в один день делать лёгкую зарядку, а в другой – увеличить нагрузку.
2. Неверно. Постоянно разрабатывайте мышцы, т.к. это идёт им на пользу. Многие из того, что мы считаем старением на самом деле вызвано не перенапряжением мышц, а недостатком нагрузки на них.
3. Неверно. Если вы слишком переусердствуете в упражнениях, то это может привести к различным травмам. Занимайтесь спортом не чаще 3-4х раз в неделю.
4. Неверно. Никогда не доводите себя до такого состояния, когда не будет хватать воздуха. Это может повредить здоровью.
5. Неверно. При жаркой погоде вы быстрее теряете силы и ослабеваете: увеличивается нагрузка на сердце.
6. Неверно. Хотя делать зарядку даже несколько минут в неделю лучше, чем не делать вообще, для того, чтобы быть в хорошей форме, необходимо заниматься спортом как минимум по 30 минут 3 раза в неделю.
7. Неверно. В качестве разогрева ритмическая гимнастика – пустая трата времени. Лучше вместе этого позаниматься минут 10 упражнениями на растяжку.
8. Неверно. Только упражнения на поднятие тяжестей способствуют тому, чтобы вы превратились в звезду бодибилдинга. Остальные упражнения просто укрепляют мышцы.
9. Верно. Это верный метод тренировки. Для того, чтобы вы становились сильнее и выносливее, нужно увеличивать нагрузки на тело, т.к. оно привыкает к предыдущей программе, которую всё легче и легче со временем станет выполнять.



10. Верно. Прислушивайтесь к своему телу и поддерживайте себя в форме, выполняя упражнения, которые не повредят травмированным мышцам.
11. Верно. Когда вы занимаетесь всего раз в неделю, у вас больше шансов навредить себе. Для того, чтобы быть в достаточно хорошей форме и никак не нанести вреда, вы должны заниматься 3-5 раз в неделю.

## ТЕСТ

### «Большая любовь или лёгкое увлечение»

Если вы хотите проверить себя и узнать, с чем вы столкнулись – с любовью или с увлечением, можете проверить себя небольшим тестом.

1. Отправляясь на свидание вы надеваете:

- а) платье, которое нравится вам – 2;
- б) платье, которое нравится ему – 3;
- в) самое новое из своих платьев – 1.

2. Когда вы проводите вечер дома с родителями:

- а) это для вас мучение – 2;
- б) вам интересно и приятно – 3;
- в) вы считаете время потерянным – 1.

3. Когда ваш друг дарит вам книгу:

- а) вы готовы обменять её на другую – 2;
- б) говорите ему, что о такой мечтали – 3;
- в) невольно восклицаете «а у меня есть такая» - 1.

4. Он обещал позвонить, но почему-то молчит:

- а) вы плачете – 2;
- б) проводите целый день у телефона – 3;
- в) как ни в чём не бывало идёте гулять с подругой – 1.

5. Если вы не нравитесь его матери:

- а) стараетесь считаться с её требованиями – 2;
- б) преподнесите ей цветы, стараясь всеми силами задобрить – 3;
- в) не придаете этому особого значения – 1.

6. Если у вас произошла ссора:

- а) вы первой идёте на примирение, звоните, стремитесь встретиться - 2;
- б) ждёте, когда он сделает первый шаг, а затем охотно идёте на примирение – 3;
- в) идёте на примирение неохотно, только после неоднократных попыток с его стороны – 1.

Подсчитайте баллы:

15-18 баллов. Да, вы влюблены. Вы живёте интересами своего избранника. Но всё-же помните, что немного гордости только украшает девушку.

11-14 баллов. Ваши чувства являются искренними, но не отличаются глубиной. Возможно, со временем они изменятся. В какую сторону – зависит от вас и от вашего избранника.

## ТЕСТ НА БЕЗОПАСНОСТЬ

1. Ваша сестра рассказывает подружке по телефону, как сегодня, когда она шла по улице, притормозила дорогая иномарка и долго ехала рядом. А водитель – «душка», даже пригласил прокатиться. Что вы скажете, когда она положит трубку?
  - а) Да разве так можно? За тебя родители всегда переживают.
  - б) Ты думаешь, ты его очаровала, а не твоя короткая юбка?
  - в) Это закон: никогда не садись в чужие машины.
  - г) Тебе сколько лет? Пора подумать своей головой.
  
2. На улице темнеет, а дома волнуются и ждут. Вам надо пройти через сквер, где вы обычно ходите. Но сегодня там не горит ни один фонарь. Какой дорогой вы пойдёте?
  - а) самой короткой;
  - б) своей привычной;
  - в) самой людной;
  - г) самой интересной.
  
3. Вы сегодня дома в одиночестве. Раздаётся звонок в дверь. Потом ещё и ещё. Нужно:
  - а) спросить, кто там;
  - б) затаиться и посмотреть в глазок;
  - в) залаять;
  - г) позвонить родителям.
  
4. Вы взяли деньги и сумку и идёте в магазин за хлебом. Вдруг вам показалось, что за вами следит группа подростков. Что делать?
  - а) спросить «Что вам надо?»;
  - б) замести следы;
  - в) позвонить домой;
  - г) проверить, вы ошиблись или нет.
  
5. Лето. Жара. Вы с друзьями пошли на речку. Один из них скидывает с себя одежду и сходу собирается прыгнуть с мостика в воду. Вы говорите:
  - а) Эй, стой! Так нельзя.
  - б) Стой! Проверь сначала, какое дно.
  - в) Сядь и подумай, почему так делать нельзя.
  - г) погоди, я с тобой.
  
6. Если упал и ободрал колено, надо срочно:
  - а) закричать;
  - б) облизать рану;
  - в) приложить подорожник;
  - г) бежать домой.
  
7. Если на вас зарычала собака, надо срочно:
  - а) зарычать в ответ;
  - б) бежать, куда глаза глядят;
  - в) замереть на месте;
  - г) рывкнуть «Фу!».

8. Если на прогулке за городом вас застала гроза, под каким деревом вы спрячетесь:
- а) тем, что поближе;
  - б) тем, что повыше;
  - в) лучше не под деревом;
  - г) подальше от водостоков и водоёмов.
9. Если вокруг вас вьётся оса и, кажется, собирается сесть вам на плечо, что лучше сделать:
- а) отогнать;
  - б) прихлопнуть;
  - в) замереть;
  - г) прожужжать.
10. Вы залезли на дерево и довольно высоко. Вдруг раздалось странное потрескивание. Кажется, ветка, на которой вы сидите, сухая и вот-вот обломится. Что делать:
- а) упасть в обморок;
  - б) прикинуть, куда поудобнее падать;
  - в) ползти обратно;
  - г) вцепиться крепче и кричать «Караул!».
11. Вы выходите из автобуса, и вдруг видите в уголке на сидении одинокий пакет. Что лучше сделать:
- а) заглянуть в него;
  - б) спросить, кто забыл;
  - в) не трогать, и сказать водителю;
  - г) взять с собой.
12. Какая пословица/поговорка лучше отражает вашу тактику в борьбе за безопасность:
- а) дальше в лес – больше дров;
  - б) капля и камень точит;
  - в) цыплят по осени считают;
  - г) у страха глаза велики.

- Если большинство ответов «а», ученик насторожен, но чаще осторожной переходит в пугливость, и он может поддаться панике.
- Если большинство ответов «б», ученик азартен, любопытен, и это перевешивает разум и осторожность.
- Если большинство ответов «в», ваш ученик умеет сначала думать и знает основные правила безопасности.
- Если большинство ответов «г», ученик легкомысленный, крайне несерьёзно относится к опасности.

Во время подведения итогов следует учесть, что особо одарённые ученики умеют подгонять ответы (говорят одно, а делают другое). Воспринимайте ответы на этот тест, как иллюстрацию к настроению ученика, его подход к жизни. Потом проработайте те моменты, когда ученик слишком сильно отошёл от правил безопасности.

## ПАМЯТКИ И ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Памятка для детей и их родителей, которую и тем и другим надо знать наизусть. И довести навыки выполнения до автоматизма!

### Когда дома один

| Если...   | Что делать  |
|---|---|
| Стемнело и пора включать свет.  | Плотно задёрни шторы.   |
| На балконе странный шум.  | Тоже зашуми<br>(чтоб поняли: дома кто-то есть).<br>Закрой дверь, форточку.  |
| Звонят по телефону, спрашивают родителей (кого-то из взрослых).   | Скажи: «Позвоните попозже, папа занят»,<br>«Мама не может подойти сейчас к телефону, она в ванной...»,<br>«Бабушка занята, что передать?»<br>Нельзя говорить, что ты дома один и никого долго не будет.<br>Спроси, кто звонит и что передать. |
| На твои встречные вопросы не отвечают.  | Срочно звони взрослым.  |
| По телефону или на улице тебя спрашивают, во сколько придёт мама.   | Позвоните попозже, я у неё сейчас уточню.<br>Нельзя сообщать, во сколько возвращаются взрослые (и во сколько уходят — тоже нельзя).   |
| Звонят в дверь и настойчиво просят открыть, соблазняя чем-то или прося о какой-то простой услуге (например, говорят, что «на площадке сидит хорошенький щенок» или «очень хочется пить, принеси, пожалуйста, водички»). | Никому не открывай дверь своей квартиры, если никого из взрослых нет дома.<br>И — никаких переговоров!  |

| Если...  | Что делать   |
|--|--|
| Через дверь тебя о чём-то спрашивают, что-то предлагают. | Молчи. Не выдавай никакую информацию.<br>Запишите на магнитофон низкий собачий лай, рычание, пусть ребёнок после неизвестного звонка включит эту запись.   |
| Показалось, что кто-то пытается открыть дверь.           | Спроси: «Кто там?»<br>Сделай вид, покажи, будто дома есть кто-то ещё:<br>«Да, мама, я слышу...»,<br>«Не знаю кто, сейчас спрошу...»  |
| Подозрительный шум за дверью не прекратился.             | Скорее звони по телефону кому-то из своих близких.<br>Если их нет — сразу звони «01», назови свой адрес и скажи, что случилось.<br>На всякий случай у ребёнка должны быть номера телефонов надёжных знакомых. Держите их всегда в одном месте, которое ему хорошо известно, ещё лучше — на виду, в прихожей. |
| В дверь ломаются.  | Срочно подними как можно больше шума — чтоб было слышно в подъезде.<br>Визжи, звони, стучи по батареям.<br>Звони, зови на помощь.<br>Открой балкон или форточку, кричи «пожар», этот призыв действует на всех без исключения.  |

Таблица может быть цветной — так лучше запоминается.

Чтоб не было так официально и скучно, вместо таблицы можно нарисовать большой зуб (знай, мол, назубок), а на нём расписать всю важную информацию — от номеров телефонов до тактики поведения.

## Уличные правила

Напишите крупно: НА УЛИЦЕ

|         |  |
|---------|--|
| НЕЛЬЗЯ  | 1. Не бери угощение и вещи у неизвестных людей.<br>2. Не верь, если чужой человек говорит: «Мама сказала, чтобы ты...» — и предложит тебе что-то.  |
| никогда | 3. Не поддавайся на уговоры малознакомого человека пойти туда-то за тем-то.<br>4. Не ходи по самому краю тротуара, около дороги.   |
| НИКОГДА | 5. Не садись в чужую машину. Уговаривают, настаивают — немедленно уходи. Беги в школу, в детсад, кафе и т. п. Если чувствуешь, что от тебя не отстали, обратись за помощью. Проси, чтобы тебя проводили или вызвали родителей. |
| нельзя  | 6. Не молчи, когда тебя преследуют. Беги в людное место. Зови на помощь, кричи, сопротивляйся, визжи. Привлекай внимание прохожих.   |
| НЕЛЬЗЯ  | 7. Не ходи по малолюдной дороге, даже если этот путь короче. (Не ходи через пустырь, сквер, парк...)   |
| никогда |  |

Когда уходишь:

1. Перед тем как выйти из квартиры, прислушайся и посмотри в дверной глазок, нет ли кого на площадке.
2. Не оставляй в дверях записки, это привлекает ненужное внимание.
3. Не входи в кабину лифта, если там находится незнакомый тебе человек.
4. Не приглашай к себе домой малознакомых приятелей.
5. Прежде чем отпереть дверь квартиры, вернувшись домой, посмотри, нет ли на площадке постороннего человека. Если стоит кто-то чужой, уйди или позвони соседям, попроси их постоять рядом, пока не зайдёшь в дом.

## Способы отвлечь внимание

Какие-то из способов написаны вот здесь, но вы наверняка придумаете что-то ещё, более подходящее для вашей ситуации и соответствующее характеру вашего ребёнка.

- ♦ «Во-он моя мама!» И начинать громко звать, словно действительно увидел маму или знакомого. Или директора школы.
- ♦ Можно громко позвать собаку (это вы знаете, что в кустах её нет, а противник замешкается — чем и воспользуйтесь). И — удирай(те) во все лопатки. А если вам повезёт и в кустах действительно раздастся подзрительный шум — вполне вероятно, противник и сам предпочтёт ретироваться — на всякий случай.
- ♦ Мобильник. Хватаешь свой мобильный телефон, нажимаешь «быстрый номер» и громко говоришь, где находишься и как выглядят «нападатели». Хотя бы парочку ярких примет: вряд ли им захочется «засветиться».
- ♦ Выход в люди. Обмануть в критической ситуации не стыдно, а нужно. Спросить, например: «Ой, что это у тебя сзади?» — и, пользуясь лёгким замешательством, дать дёру.
- ♦ «Я отдам там, под фонарём, тут совсем ничего не видно», — сказал один знакомый мальчик, когда у него нахально потребовали деньги.

Что кричать, если напали, «Караул»?

Нет, по данным спасателей от этого крика все прохожие разбегаются. Знаете ли вы, что люди реагируют быстрее (и даже высовываются в окна), когда кричишь «Пожар! Горит!..»

Как кричать? За помощью не обращайтесь абстрактно — к толпе, обращайтесь к конкретным людям. Ваше обращение должно быть адресным. Иначе каждый сочтёт, что обращаются не к нему, а к другому. Постарайтесь найти контакт глазами с одним человеком и обращайтесь прямо к нему. Не удалось — «уцепите» взглядом следующего. Ищите, не сдавайтесь.

Что посоветовать:

- ♦ Никогда не докуривай чужих сигарет, лучше вообще ни у кого не бери (и аргументированно объясните почему).
- ♦ Никогда не кури плохих сигарет (и поговорите о смолах и т. п.).
- ♦ Посоветуйте не курить на ходу или просто потому, что нечем больше заняться (от ничегонеделанья).
- ♦ Никогда не кури на пустой желудок, особенно с утра.
- ♦ Никогда не докуривай сигарету до конца; утолил первый голод (сделал несколько затяжек) — и выбрасывай. Не жалея...
- ♦ Посчитайте вместе, какая сумма уходит. «Лишние» деньги подростку не помешают: всегда хочется что-то купить... Можно предложить, что вы ежедневно будете откладывать ту же сумму, что ушла бы на сигареты (плюс премиальные за каждый день, когда удержался и выдержал все вышесказанные правила), а в конце недели (или как ему удобнее) выдадите её.

Покажите (и сами не сомневайтесь), что всё получится. Верят родители — поверят и дети.



### **Почему нельзя:**

- ◆ садиться в машину без родителей;
- ◆ пойти с незнакомым человеком;
- ◆ брать у незнакомцев угощение;
- ◆ ходить по безлюдной дороге, даже если это ближе, чем в обход.

### **Чем опасны:**

- ◆ канализационные люки;
- ◆ железные заборы с острыми пиками наверху;
- ◆ стройки;
- ◆ бомжи, алкоголики и другие сомнительные люди;
- ◆ тёмные улицы;
- ◆ вода подо льдом.

### **Как вести себя:**

- ◆ при встрече с животными;
- ◆ если ты потерялся;
- ◆ к кому можно и к кому нельзя обратиться (не к любому прохожему! подойти к ларьку, где несколько продавцов, к милиционеру);
- ◆ когда к тебе пристают (надо кричать: «Нет, ты не мой папа, нет!», «Не трогай меня, ты чужой... я с тобой не пойду!.. Нет!», «Нет, ты не мой брат! (сестра, мама, бабушка...)»).

## **Тема: «Государственная символика Российской Федерации» (беседа)**

### *Цели:*

- Воспитание духовно-нравственных и героико-патриотических качеств личности студента;
- Приобщение старших подростков к историческому прошлому и настоящему Российского государства.

### **Беседа № 1. «История гимна Российского государства».**

**Гимн** — торжественная песнь, принятая как символ государства или социального единства. Государственным гимном принято считать гимн, исполняемый при официальных церемониях внутривнутриполитического и международного характера.

В России существовало одновременно несколько общенациональных духовных и патриотических гимнов. Хор «государственных дьяков» с 1479 г. до XVII века во время церковных праздников и событий общегосударственного значения исполнял православные песнопения.

Начиная с царствования Петра I и до 1780-х гг. встречи коронованных особ, победы в войнах и т. д. отмечались панегирическими песнями — «виватными кантатами», перемежавшимися пением «Многая лета».

Функции государственного гимна в XVIII — начале XIX в. выполнял также общеевропейский гимн «Тебя, Боже, хвалим». В 1720-х гг. неизвестным автором был создан старейший русский марш «Преображенский марш Петра Великого», в 1805 г. поэт С. Н. Марин написал к нему слова: «Пойдем, братцы, за границу бить Отечества врагов» (позже составлен другой текст — «Знают турки нас и шведы»). Марш исполнялся при выходах императоров, на парадах и приемах послов. К концу XIX в. он стал главным маршем Российской империи.

Первым неофициальным гимном Российской империи с 1791 г. был написанный О. А. Козловским в форме марша-полонеза «Гром победы, раздавайся» на слова Г. Р. Державина для хора и оркестра, созданный в честь взятия русскими войсками Измаила в декабре 1790 г. На музыку «Грома победы» в декабре 1831 г. В. А. Жуковский написал «Русскую песнь на взятие Варшавы».

В период между 1790 и 1801 гг. композитор Д. С. Бортнянский создал духовный небогослужебный гимн на слова М. М. Хераскова — «Коль славен наш Господь в Сионе» (построен на основе православных и народных напевов). В XIX — начале XX в. этот гимн исполнялся во время крестных ходов и церковных парадов, на торжественных военных церемониях. В нотных изданиях XIX в. он сопровождался пометкой «национальной русский гимн». Попытка использовать «Коль славен» в качестве государственного гимна при Временном правительстве (1917 г.) не увенчалась успехом.

Первым официальным государственным гимном Российской империи (с 1816 г.) была «Молитва русских» Жуковского на мелодию английского государственного гимна «Боже, храни короля». Второй официальный государственный гимн «Боже, Царя храни», созданный по инициативе императора Николая I ком-

позитором А. Ф. Львовым, впервые был исполнен в Москве 11 декабря 1833 г. в Большом театре и в Петербурге, а затем 25 декабря 1833 г. в Зимнем дворце на праздновании 21-й годовщины освобождения России от наполеоновского нашествия.

Государственный гимн подлежал обязательному исполнению на парадах, разводах, при освящении знамен, на утренних и вечерних молитвах в русской армии, при посещениях императорской четой театров и других общественных мест.

До 1944 г. государственным гимном РСФСР, затем СССР был международный пролетарский гимн «Интернационал» (слова Э. Потье, музыка П. Дегейтера). 1 января 1944 г. по радио прозвучал новый гимн, музыка которого была написана А. В. Александровым, а слова — С. В. Михалковым и Г. Г. Эль-Регистаном («Союз нерушимый...»).

В Российской Федерации положение о государственном гимне было утверждено Указом Президента Б. Н. Ельцина 11 декабря 1993 г. Музыкальной основой этого гимна являлась «Патриотическая песня» М. И. Глинки. Принятых слов у гимна не было.

С 2000 г. у нас в стране утвержден гимн на музыку А. В. Александрова, использованную для советского гимна, поэт С. В. Михалков написал новые слова.

#### **Текст современного Гимна России**

Россия — священная наша держава,

Россия — любимая наша страна.

Могучая воля, великая слава —

Твое достоянье на все времена!

#### ***Припев:***

Славься, Отечество наше свободное,

Братских народов союз вековой,

Предками данная мудрость народная!

Славься, страна! Мы гордимся тобой!

От южных морей до полярного края

Раскинулись наши леса и поля.

Одна ты на свете! Одна ты такая —

Хранимая Богом родная земля.

*Приве.*

Широкий простор для мечты и для жизни  
Грядущие нам открывают года.  
Нам силу дает наша верность Отчизне.  
Так было, так есть и так будет всегда!

*Приве.*

*Вопросы для обсуждения:*

- Что, по вашему мнению, стремились внести в текст гимна руководители государства в различные исторические периоды Российской Федерации?
- Выучите текст Государственного гимна Российской Федерации.

**Беседа № 2. «История возникновения Государственного герба Российской Федерации».**

**Герб государственный** — законодательно утвержденная, геральдически оформленная эмблема государства, символизирующая его в официальных ситуациях и на международной арене. Государственный герб является внешним признаком суверенитета и международного признания.

Отличительной особенностью русских гербов было их происхождение не от рыцарских символов, а от древних эмблем и знаков на печатях, монетах, военных знаменах.

По одной версии — слово «герб» происходит от немецкого Erbe, что значит наследство. По другой — слово «герб» — славянского происхождения и буквально означает «наследство» (в отличие от немецкого или французского, где герб означает «оружие»).

Первые гербы, изображенные на печатях, появились в XI — XII вв. Так, «Лев» был отличительным знаком основателя Москвы Юрия Долгорукого, а затем стал гербом города Владимира.

В 1672 г., при царе Алексее Михайловиче, была составлена особая книга «Титулярник», в которой воспроизводились рисунки ряда земельных гербовых эмблем. Но окончательное преобразование старинных земельных эмблем в гербы и оформление их по общим геральдическим правилам началось только при Петре I, учредившем в 1722 г. должность герольдмейстера и штат работников при нем.

Государственным гербом Российского государства стал золотой двуглавый орел.

В настоящее время, как сказано в Федеральном законе «О гербе Российской Федерации», «Государственный герб Российской Федерации представляет собой четырехугольный, с закругленными нижними углами, заостренный в оконечности красный геральдический щит с золотым двуглавым орлом, поднявшим вверх распущенные крылья. Орел увенчан двумя малыми коронами и — над ними — одной большой короной, соединенными лентой. В правой лапе орла — скипетр, в левой — держава. На груди орла, в красном щите, — серебряный всадник в синем плаще на серебряном коне, поражающий серебряным копьём черного опрокинутого навзничь и попранного конем дракона».

Двуглавый орел — один из древнейших символов. Он происходит из стран Древнего Востока и известен по цилиндрическим печатям Халдеи (в Южной Месопотамии) VI в. до н. э. В XI в. двуглавый орел становится элементом восточного орнамента, особенно на тканях. В XIV в. он встречается на медных монетах золотоордынского хана Джанибека (1341—1357 гг.). Со времен крестовых походов двуглавый орел распространяется по Европе.

В пределах Византийской империи двуглавый орел выступал в качестве как светской, так и религиозной эмблемы. Однако гербом Византии он так и не стал.

В отличие от Византии, во многих южнославянских и соседних с ними странах (Сербии, Болгарии, Черногории, а также Албании и Румынии) двуглавый орел служил именно гербом.

Рождение двуглавого орла в символике России относится к жалованной грамоте Ивана III — меновой и отводной (определявшей границы земель), данной в июле 1497 г. его племянникам. К ней была привешена печать великого князя. На лицевой ее стороне с изображением всадника, поражающего дракона, в круговой надписи располагались имя и начало титула великого князя: «Иоанъ Божию милостию Господарь Всея Руси и Великий князь»,

а на обороте — двуглавый дважды коронованный орел с распростертыми крыльями. Принятие двуглавого орла в качестве символа России связано с идеей провозглашения Москвы третьим Римом (преемницей Византии).

Иван III принял в качестве государственного герба Руси византийского черного двуглавого орла, увенчанного двумя коронами, на желтом (золотом) фоне. В качестве государственного символа двуглавый орел потребовался Ивану III только в последнем десятилетии XV в., поэтому он и заменил им устойчивое к тому времени изображение льва, терзающего змею. Изображение на печати русского государя двуглавого орла свидетельствует о желании московского князя продемонстрировать равенство с западными странами, особенно с императорами Священной Римской империи.

При великом князе Василии Ивановиче (1505—1533 гг.) форма корон на гербе изменена (они стали «царскими»). Канон изображения орла не был отработан. При Иване IV Грозном (1533—1584 гг.) на разных изображениях государственного герба орел иногда был только с одной (общей для обеих голов) короной с возвышающимся над ней православным крестом; одновременно появляется обременяющее орла изображение — иногда всадника (повернутого влево), поражающего дракона, иногда единорога.

Впоследствии в герб вносились многочисленные изменения (связанные, прежде всего, с введением в него титульных гербов), не менявшие его общего вида.

Последний раз в царской России герб был утвержден 16 марта 1883 г. Описание герба: «В червленом щите Святой Великомученик и Победоносец Георгий, в серебряном вооружении и лазуревой приволоке (мантии) на серебряном, покрытом багряною тканью, с золотой бахромою, коне, поражающий золотого, с зелеными крыльями, дракона, золотым с осьмиконечным крестом наверху, копьём. Щит увенчан императорскою короною. За щитом два накрест положенные золотые скипетра, соединенные Андреевскою лентою».

После Февральской революции государственный герб в старом виде перестал употребляться.

С принятием Конституции РСФСР 10 июля 1918 г. введен новый государственный герб — герб РСФСР: изображение серпа и молота на фоне земного шара в окружении колосьев, перевитых лентой с надписью «Пролетарии всех стран, соединяйтесь!» на нескольких языках. Позднее рисунки гербов РСФСР и СССР менялись, но герб с колосьями просуществовал почти восемьдесят лет.

***Вопросы для обсуждения:***

- Как отражалась историческая эпоха в главном символе Российского государства в различные периоды его становления?

- Опишите современный герб Российской Федерации.

**Беседа № 3. «История Государственного флага Российского государства».**

Наряду с государственным гербом официальным символом государства является государственный флаг. Его описание и положение о нем устанавливается законодательными актами. Международное сообщество выработало целый ряд общих норм по отношению к флагам. Важнейшая из них — взаимное уважение. Посягательство на полотнище другого государства однозначно воспринимается во всем мире как знак неуважения и враждебности.

Флаги ведут свое происхождение от знамен, штандартов. Знамена — символы объединения и власти. К первым относятся знамена организаций, воинских частей и соединений, флаги государственные, национальные, морские; ко вторым — императорские, царские, королевские, президентские...

Первые штандарты в мировой истории представляли собой шест с фигуркой птицы или зверя на вершине, которые ассоциировались со скоростью, силой или боевым духом. Такие штандарты впервые появились на Ближнем Востоке примерно 5000 лет назад.

Самым первым римским штандартом был манипулус (дословно — «ручной»), который представлял собой



связку соломы, закрепленную на копье; она служила сигналом для сбора солдат манипула (подразделения легиона), а также средством связи. Позднее каждый манипул стал нести свою собственную эмблему с животным (таким, как лошадь или волк) на древке.

Принятый в 1991 г. Государственный флаг Российской Федерации представляет собой прямоугольное полотнище из трех равновеликих горизонтальных полос: верхней — белого, средней — синего и нижней — красного цвета. Государственный флаг Российской Федерации поднимается на зданиях органов государственной власти и управления, посольств, торгпредств, консульств Российской Федерации за рубежом, судах, плавающих в открытом море и в территориальных водах иностранных государств, и т. д. Трехцветный Государственный флаг Российской Федерации восходит к флагу, введенному Петром I. Государственный флаг СССР представлял собой красное прямоугольное полотнище с изображением в его верхнем углу, у древка, золотых серпа и молота и красной пятиконечной звезды, обрамленной золотой каймой, над ними.

***Вопросы для обсуждения:***

- Что символизировал цвет флага СССР и что означает нынешний триколор?
- Объясните понятие происхождения слов «герб», «флаг», «гимн».