



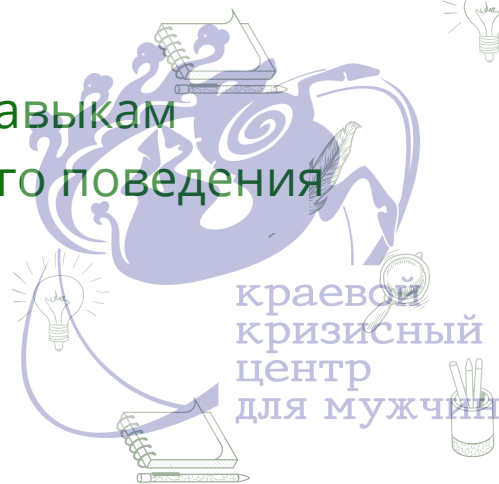
Комплекс мер "Повышение эффективности социальных практик, направленных на оказание помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения, обеспечение безопасности детей в Алтайском крае "Безопасное детство" на 2022-2023 гг."



ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

по обучению позитивным навыкам
личной безопасности и уверенного поведения



краевой
кризисный
центр
для мужчин

ДОРОГОЙ ДРУГ!

Поздравляем! Ты стал участником "Школы безопасности". Здесь ты научишься понимать, как нужно действовать в сложных и опасных жизненных ситуациях, чтобы сохранить свою жизнь и здоровье.

Мы подготовили для тебя рабочую тетрадь. Обучаясь по ней, тебе будет легко и понятно осваивать новые знания и практиковать навыки. У тебя обязательно все получится!

Чтобы тебе было легче, мы выделили для тебя помощников:



Исследование себя. С их помощью ты сможешь лучше понять себя, свои возможности и способности.



Творческие задания. Здесь ты можешь пофантазировать, порисовать карандашами, погрузиться в творческий мир.



Запомни! В этом разделе для тебя собрана важна информация по безопасному поведению. Сюда ты можешь заглянуть в любой момент.



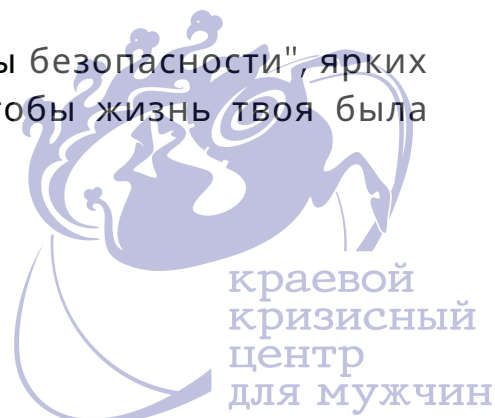
Полезно знать! Здесь будет много интересной информации для тебя.



Упражнения. В этом разделе ты сможешь отточить свои навыки.

Рабочая тетрадь "Школы безопасности" – это твой личный дневник. В нем ты можешь быть откровенным с собой, выражать себя так, как нравится тебе, и вести его, как тебе захочется.

Желаем тебе успехов при прохождении "Школы безопасности", ярких впечатлений, много новых знаний для того, чтобы жизнь твоя была БЕЗОПАСНОЙ!



МЕНЯ ЗОВУТ:



ТЕМА 1. ПРО МЕНЯ



ТВОРЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ "КТО Я?"

Нарисуй свой портрет. А вокруг себя размести твои любимые вещи: игры, еда, книги, фильмы, мультфильмы.



краевой
кризисный
центр
для мужчин



МЕТОДИКА САМООЦЕНКИ



Все люди оценивают свои возможности, способности, характер. Уровень развития качеств человека можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя – наивысшее. Ниже нарисовано семь линий. Под каждой линией написано, что она обозначает.

На каждой из них черточкой (-) отметь, как ты оцениваешь развитие у себя этого качества сейчас. Затем крестиком (x) отметь, как бы ты хотел, чтобы у тебя это качество было развито, чтобы чувствовать за себя гордость.

Здоровый	Умный	Авторитет у сверстников	Хороший характер	Способный	Красивый	Уверен в себе
----------	-------	-------------------------	------------------	-----------	----------	---------------



Больной	Глупый	Презирается сверстниками	Плохой характер	Неспособный	Некрасивый	Не уверен в себе
---------	--------	--------------------------	-----------------	-------------	------------	------------------





МЕТОДИКА "НЕЗАВЕРШЕННЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ"

Продолжи предложения. Здесь нет правильных или неправильных ответов. Творчество и креатив приветствуются.

1. Моя специальность _____
2. Моя семья _____
3. Боюсь _____
4. Деньги _____
5. Моя мечта _____
6. Работа _____
7. Мои сны _____
8. Бороться _____
9. Больше всего люблю _____
10. Дома _____
11. Моя голова _____
12. Дети _____
13. Меня беспокоит _____
14. Смерть _____
15. Мой вид _____
16. Друзья _____
17. Если бы мог _____
18. Мои планы _____
19. Скрываю _____
20. Когда мыслю _____





АНКЕТА "Я И МОЯ БЕЗОПАСНОСТЬ"



Прочитай предложения и выбери тот ответ, который больше всего подходит тебе. Помни, здесь нет правильных и неправильных ответов.

1 Незнакомый человек постучался в дверь, он был в форме полицейского, попросил его впустить, сказав, что родители очень переживают за тебя. Ты:

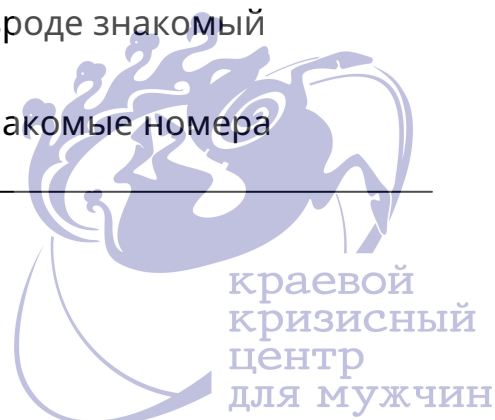
- обязательно разрешу ему войти, он же полицейский
- скажу, что сейчас позвоню папе или маме, сообщу, что у меня все хорошо
- молча убегу от двери и спрячусь где-нибудь, подожду пока уйдет
- свой вариант _____

2 К тебе подошла незнакомая женщина, угостила шоколадкой и попросила помочь донести пакеты до машины, которая стоит за углом. За это она угостит тебя еще одной шоколадкой. Ты:

- с радостью помогу, она такая добрая, да и шоколадка вкусная
- скажу, что приглашу помочь еще одного друга, который играет со мной во дворе
- позвоню родителям, скажу, что отлучусь ненадолго
- отвечу, что не знаю ее, и не стану брать шоколадку
- молча убегу домой и спрячусь в подъезде, подожду, пока она уйдет
- свой вариант _____

3 Тебе поступил звонок с незнакомого номера, женщина представилась маминной подругой и спросила, дома ли ты, а то ей нужно забрать свою сумку. Ты был дома один. Женщина попросила напомнить ваш домашний адрес, чтобы срочно заехать за сумкой. Ты:

- назову свой адрес, ей же срочно надо, да и голос вроде знакомый
- скажу, что позвоню маме, уточню, где найти сумку
- сброшу звонок и не буду больше отвечать на незнакомые номера
- свой вариант _____



4 В контакте тебе пришло сообщение от известного сообщества. В сообщении было указано, что ты стал миллионным подписчиком, и тебе полагается небольшое вознаграждение. Но для выплаты нужно сообщить номер карты и CSV-код. Ты:

- отправишь данные; самостоятельный заработок — это так круто, как раз хотелось сделать покупку в любимой онлайн-игре
- проверишь, а действительно ли ты стал тем самым подписчиком, поищешь об этом информацию в интернете
- сначала расскажешь другу о такой радостной новости
- позвонишь родителям, сообщишь о выигрыше
- проигнорируешь это сообщение и заблокируешь аккаунт
- свой вариант _____

5 На площадке во дворе к тебе подошел мальчик, твой ровесник, предложил поиграть вместе. Через некоторое время он предложил пойти к нему в соседний дом, поиграть в приставку, как раз вышла новая игра. Ты:

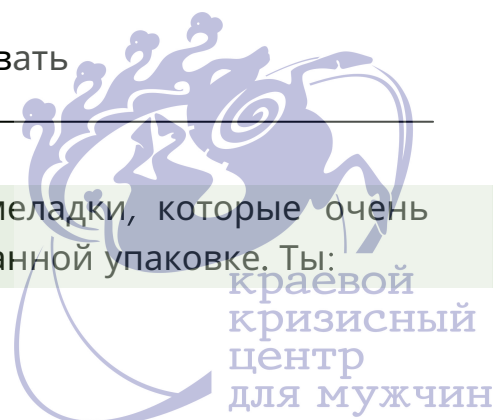
- не раздумывая согласишься, ведь дома будешь до возвращения родителей
- позвонишь сначала родителям, спросишь разрешения
- предложишь новому знакомому позвать друга с собой
- не согласишься и пойдешь домой, потому что вы мало знакомы, да и уроки еще делать
- свой вариант _____

6 Перед тем как разогреть свой обед в микроволновой печи ты увидел, что розетка слегка расплавилась. Ты:

- продолжишь спокойно разогревать обед, очень хочется кушать
- позвонишь родителям, спросишь, как лучше поступить
- разогреешь свою еду на плите
- съешь еду холодной, лучше лишний раз не рисковать
- свой вариант _____

7 В кухонном шкафу ты увидел красочные мармеладки, которые очень захотелось попробовать. Они лежали в неподписанной упаковке. Ты:

- съешь пару штук, уж очень сильно хочется





- попробуешь найти упаковку от них, интересно с каким вкусом
- спросишь у родителей, что это за мармеладки
- не станешь их трогать и поищешь что-то другое из сладостей
- свой вариант _____

8 В социальной сети тебе пришло сообщение от анонима. Он предложил сыграть в одну необычную игру. Тебе нужно будет выполнять небольшие задания, а затем скидывать отчеты в виде фотографий в чат. Ты:

- с удовольствием поиграешь в эту игру, такой азарт
- расскажешь другу, предложишь ему поиграть вместе
- поделишься необычным предложением с родителями
- проигнорируешь сообщение и добавишь аккаунт в «Черный список»
- свой вариант _____

9 Твои одноклассники постоянно задирают одного мальчика, обижают его, обзывают, разбрасывают его вещи. Ты:

- заступишься за него, сможешь дать отпор одноклассникам
- расскажешь родителям о происходящем в классе
- будешь участвовать в этом вместе с одноклассниками, это же так весело
- будешь держаться от всего в стороне
- свой вариант _____

10 Ты с родителями пошел на городскую площадь на «День города». Людей вокруг было очень много. Ты засмотрелся на палатку с различными светящимися и мигающими игрушками и потерял маму с папой из вида. Ты очень разволновался и испугался. Как поступить?

- будешь стоять на месте и ждать, когда родители сами тебя найдут
- будешь громко плакать, чтобы родители тебя услышали
- поищешь полицейского, чтобы он помог найти родителей
- пойдешь гулять дальше, встретитесь как-нибудь
- свой вариант _____





ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

В этой теме мы познакомимся с некоторыми опасностями, которые могут возникнуть в быту, и научимся правильно вести себя в непредвиденных ситуациях для того, чтобы оградить свою жизнь от опасности.

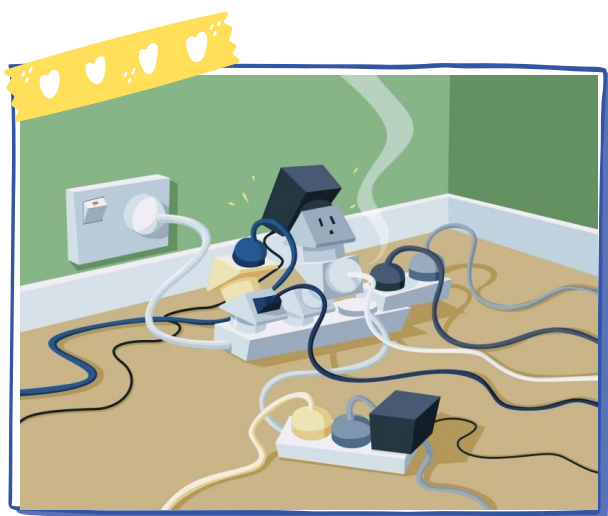
Как ты считаешь, что такое быт?

При некоторых условиях использования знакомых тебе приборов и оборудования могут возникнуть непредвиденные опасные ситуации. Для этого есть две причины: первая – ты сам создал опасную ситуацию, нарушив правила безопасности использования бытовых приборов. Вторая причина может возникнуть независимо от тебя.

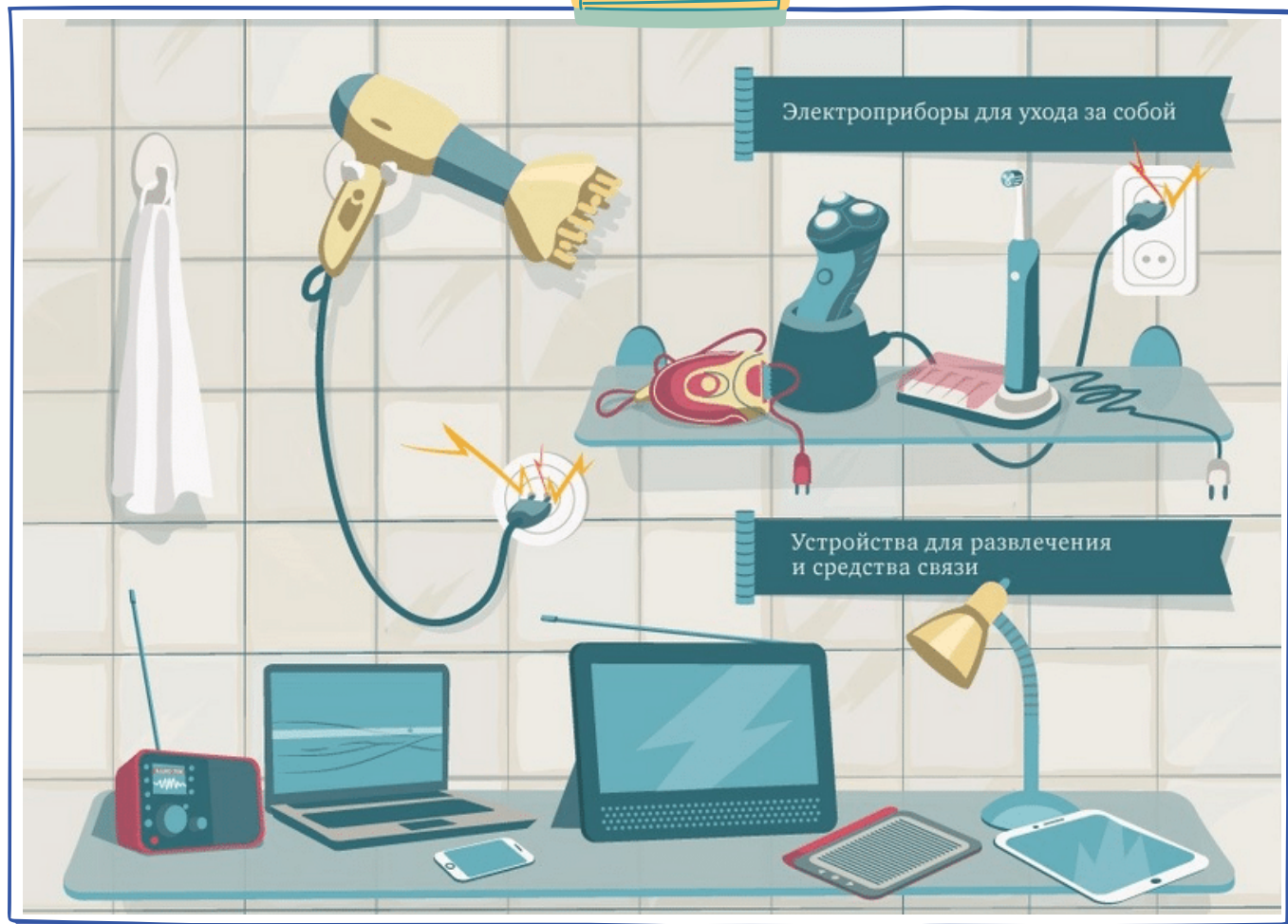


УПРАЖНЕНИЕ "НАЙДИ ОШИБКИ"

Рассмотри картинки, найди представленные среди них ошибки по обращению с электричеством. Запиши их.



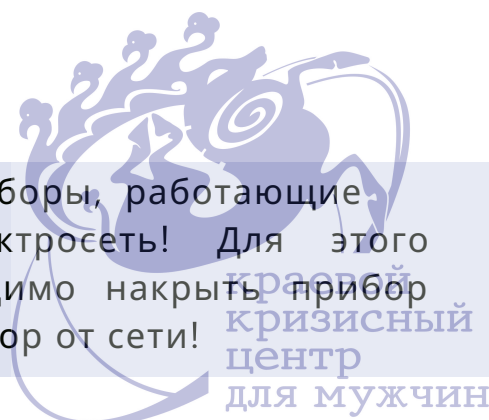
краевой
кризисный
центр
для мужчин





ЗАПОМНИ!

Никогда нельзя тушить водой горячие приборы, работающие от электричества и подключенные в электросеть! Для этого используется плотная ткань, которой необходимо накрыть прибор сверху. Если это возможно, отключи электроприбор от сети!





УПРАЖНЕНИЕ "ОСТОРОЖНО, ГАЗ!"

Какие правила использования бытового газа ты знаешь?



РАЗБОР КЕЙСА

После школы Егор был дома один, ждал маму с работы. В голову пришла прекрасная мысль: «А что если приготовить ужин для мамы самому?». Он открыл газ на плите, потянулся к спичкам, но их не оказалось на месте. Пришлось искать по другим шкафам. Когда Егор нашел спички, подумал, что нужно почистить лук. После того, как лук был очищен, настало время моркови. Но тут мальчик почувствовал какой-то неприятный запах.

Что Егор сделал не так? Какой запах он мог почувствовать?





Для того, чтобы зажечь газовую горелку, сначала необходимо поднести к ней зажжённую спичку, а потом уже осторожно открыть кран газа. Ни в коем случае нельзя оставлять включённые газовые горелки без присмотра! **Телефон газовой службы 04 или 104.**



УПРАЖНЕНИЕ "ОТВЕТЬ НА ВОПРОСЫ"

● Почему нельзя оставлять без присмотра открытый кран с водой?

● Почему нельзя оставлять открытый кран, если отключили воду?

● Почему нельзя бросать мусор в унитаз, раковину и т.п.?

● Что нужно сделать, если ты увидел, что кран пропускает воду?

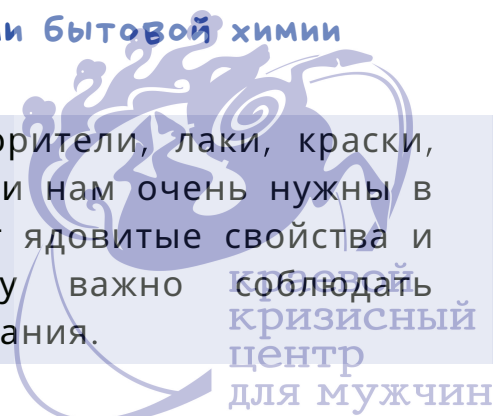
● Что делать, если ты заметил капающую воду с потолка?



ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Безопасное обращение со средствами бытовой химии

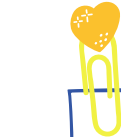
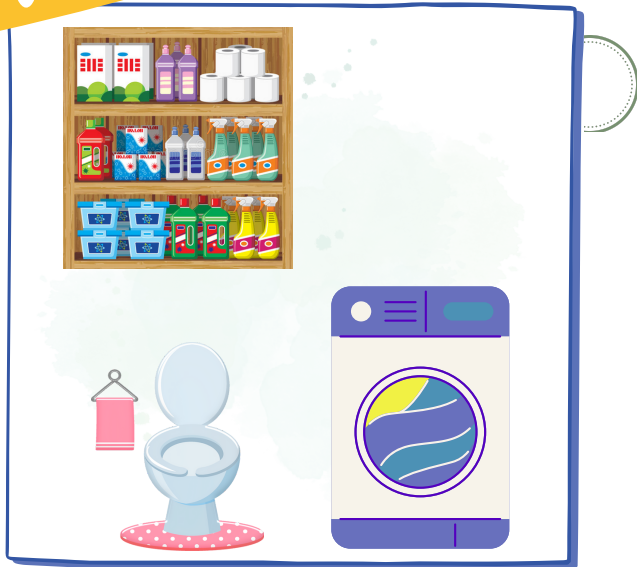
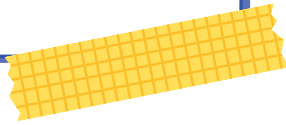
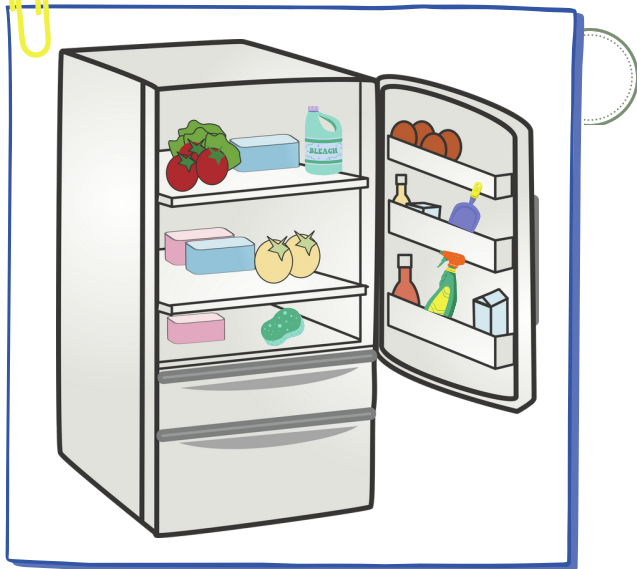
Бытовая химия – моющие средства, растворители, лаки, краски, аэрозольные баллоны и горючие вещества. Они нам очень нужны в повседневной жизни, но многие из них имеют ядовитые свойства и весьма опасны для человека. И поэтому важно соблюдать обязательные правила их хранения и использования.





УПРАЖНЕНИЕ "ПРАВИЛЬНО - НЕ ПРАВИЛЬНО"

Найди верные варианты использования средств бытовой химии и раскрась их кружками зеленого цвета. А неверные варианты раскрась красными кружками (сбоку от картинки).



Назови общие правила хранения бытовой химии



краевой
кризисный
центр
для мужчин

Правила безопасного обращения с инструментами



В домашних условиях мы пользуемся разнообразными инструментами для выполнения мелких домашних работ: пилой, молотком, дрелью, ножом, отвёрткой, ножницами



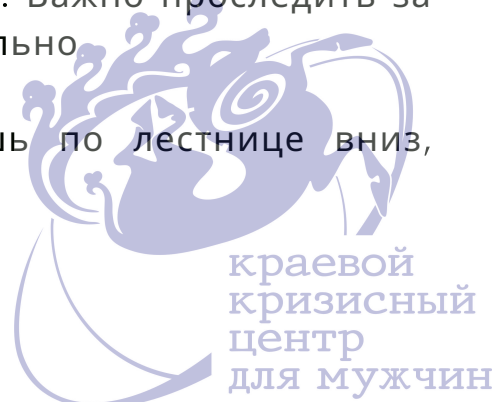
УПРАЖНЕНИЕ "ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНСТРУМЕНТОВ"

Напиши правила использования колющих и режущих предметов и инструментов, которые ты знаешь



ЗАПОМНИ!

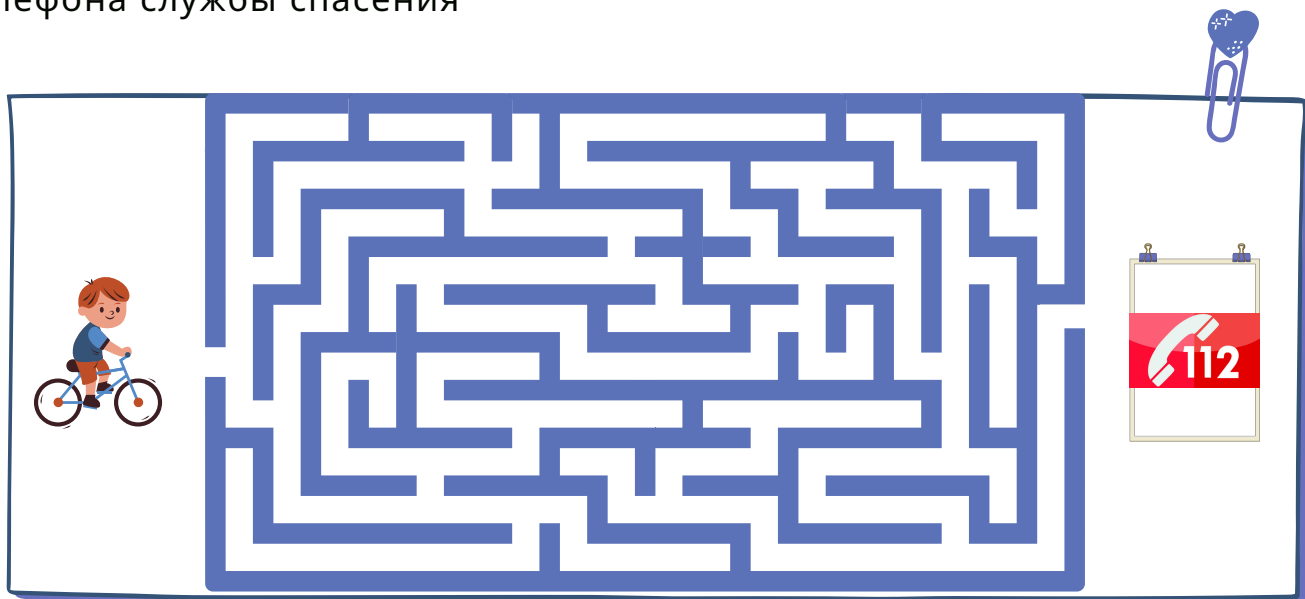
- Опасно сидеть на подоконнике при открытом окне. Есть риск случайно потерять равновесие и вывалиться из окна
- Запрещено прыгать с большой высоты и ходить по высоким карнизам и парапетам, даже если это очень весело. Ведь все может кончиться серьёзной травмой или смертью
- Позаботься о своей безопасности, если тебе нужно куда-то подняться по приставной лестнице: обязательно найди напарника, который будет придерживать лестницу внизу. Важно проследить за тем, чтобы лестница была установлена правильно
- Чтобы избежать падения, когда ты бежишь по лестнице вниз, держись за перила





УПРАЖНЕНИЕ "ЛАБИРИНТ"

Помоги мальчику Ване доехать до плаката с номером единого телефона службы спасения



ТВОРЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Нарисуй опасную бытовую ситуацию



краевой
кризисный
центр
для мужчин



РАЗБОР КЕЙСА

Прочитай ситуации и ответь на вопросы

Из автобуса вышли шесть человек. Трое из них перешли дорогу по пешеходному переходу, двое обошли автобус спереди, и один остался на остановке. Сколько человек поступили правильно? Почему?

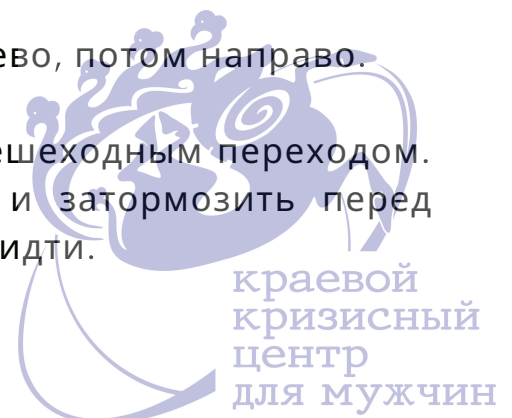
Семеро ребят играли в мяч на проезжей части дороги. Двое ушли домой. Остальные остались играть на дороге. Сколько ребят поступили правильно? Почему?

По разным сторонам дороги идут мальчики и девочки. Мальчики идут по ходу движения машин, а девочки наоборот, против движения машин. Все двигаются в одном направлении. Кто из них прав? Почему?



ЗАПОМНИ! ПРАВИЛА ПЕРЕХОДА ДОРОГИ

1. Подойдя к дороге – остановись.
2. Прежде чем переходить улицу, посмотри налево, потом направо.
3. Подожди, пока машины остановятся перед пешеходным переходом. Водители издали должны заметить тебя и затормозить перед «зеброй». Когда машины остановятся, можно идти.



краевой
кризисный
центр
для мужчин



4. Нужно постоянно смотреть по сторонам, когда переходишь дорогу, потому что обстановка на дороге может меняться.
5. Если машины уже поехали, то подожди на «островке безопасности».
6. Переходить дорогу надо спокойным шагом, бегом нельзя!

ПЕРЕХОДИ УЛИЦУ ТОЛЬКО ПО ПЕШЕХОДНЫМ ПЕРЕХОДАМ!



УПРАЖНЕНИЕ "УГАДАЙ ЧТО"

Вставь пропущенное слово

Пешеходы должны ходить только по _____.
Идти по нему нужно, придерживаясь правой стороны.

Если дорога небольшая, пешеходы по обочинам идут _____ транспорту.

При переходе улицы нужно посмотреть сначала _____,
а потом _____.

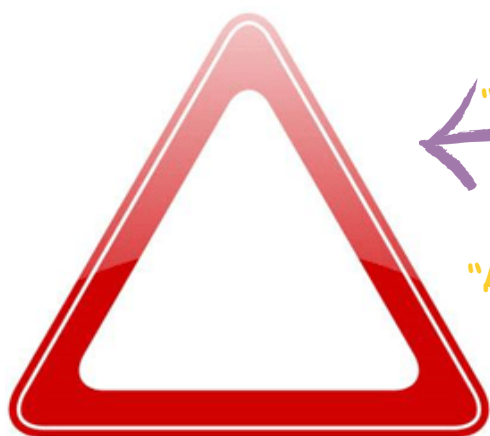
Запрещается переходить дорогу в неподобающем _____!
А где можно переходить улицу? _____ переходам.

Правильно переходить дорогу на перекрестке помогает "трехглазый командир улицы" – _____.



ТВОРЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ "ДОРОЖНЫЕ ЗНАКИ"

Дорисуй дорожные знаки



"ОСТОРОЖНО, ДЕТИ"

"ДВИЖЕНИЕ ПЕШЕХОДОВ
ЗАПРЕЩЕНО"



краевой
кризисный
центр
для мужчин



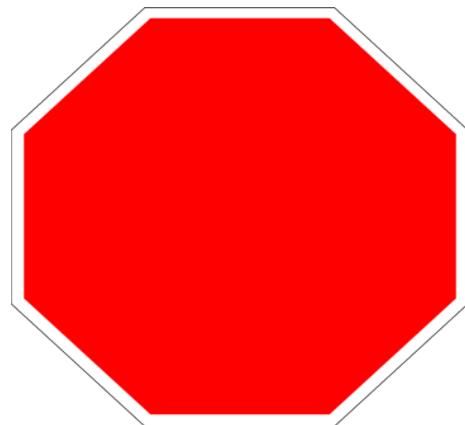
← "ПЕШЕХОДНЫЙ ПЕРЕХОД"



"ПУНКТ ПЕРВОЙ
МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ"



← "ПУНКТ ПИТАНИЯ"



"СТОП" →



ТВОРЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Нарисуй дорожные ситуации

1. ПРАВИЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ПЕШЕХОДОВ



краевой
кризисный
центр
для мужчин

2. НЕПРАВИЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ПЕШЕХОДОВ



УПРАЖНЕНИЕ "ДА-НЕТ"

Ответь на предложения только "Да" или "Нет"

- Подойдя к дороге, остановись _____
- На тротуаре рядом с проезжей частью можно играть с мячом _____
- Прежде чем переходить дорогу, нужно посмотреть по сторонам _____
- Нужно быть внимательным не только на проезжей части, но и на тротуаре _____
- Если опаздываешь, можно быстро перебежать через дорогу _____
- На желтый сигнал светофора можно начинать переходить проезжую часть _____
- Двигаясь по тротуару, нужно придерживаться правой стороны _____
- Запрещающие знаки – треугольной формы с красной каймой _____
- Нельзя цепляться за транспорт, даже если он едет медленно _____
- За пределами города можно идти навстречу транспорту по проезжей части _____
- Если долго нет транспорта, можно выйти на дорогу и посмотреть _____
- При входе в автобус нужно как можно быстрее занять место _____
- В транспорте можно громко разговаривать, смеяться _____

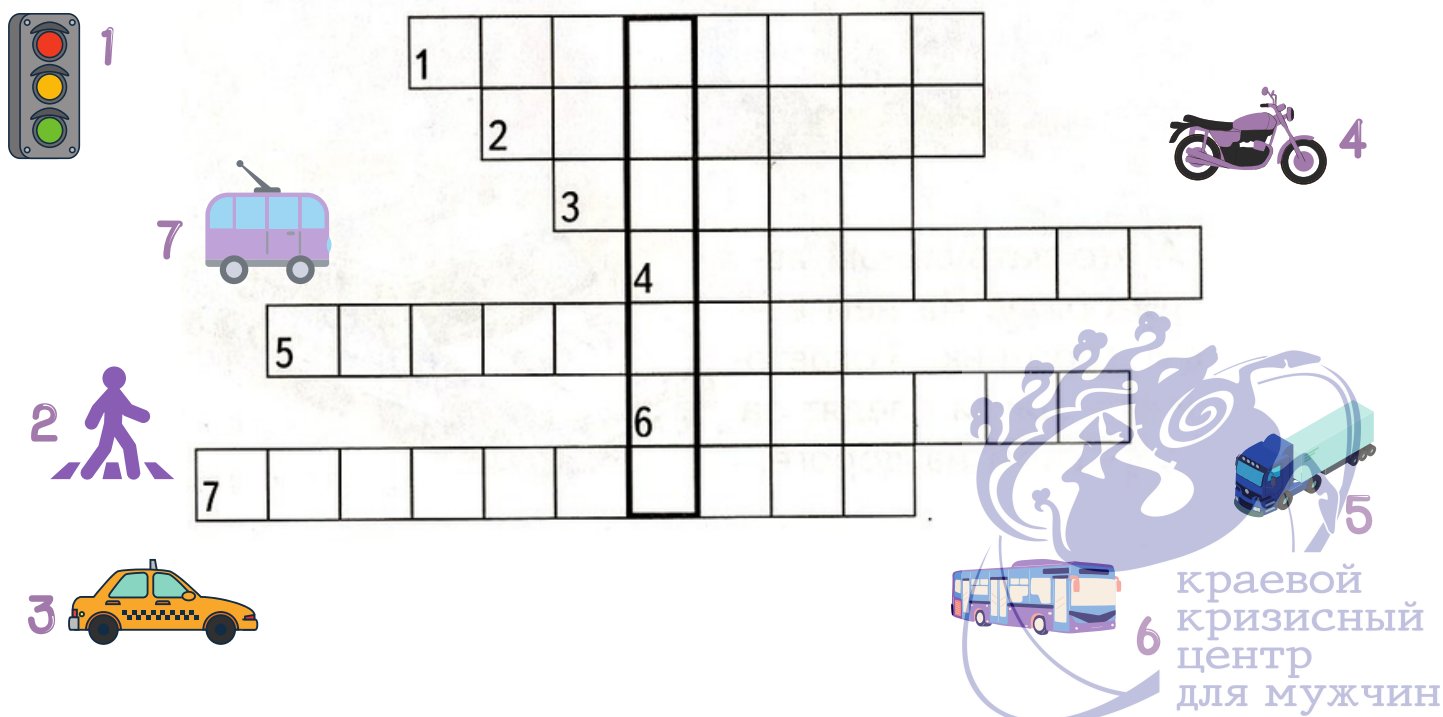
ЗАПОМНИ!


1. Опасно выбегать на дорогу перед движущимся автомобилем. Подожди, пока водитель остановится.
2. Переходи дорогу в специально установленных местах по пешеходному переходу.
3. На проезжую часть выходи только после того, как убедишься в отсутствии приближающегося транспорта и слева, и справа.
4. Выйдя из автобуса, подожди, пока автобус отъедет, и только потом, убедившись в отсутствии машин, переходи дорогу.
5. Опасно выезжать на проезжую часть на скейте или роликах.
6. Опасно играть рядом с проезжей частью, лучше это делать во дворе или на детской площадке.
7. Умей пользоваться светофором.


ПОМНИ! ТОЛЬКО СТРОГОЕ СОБЛЮДЕНИЕ ПРАВИЛ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ ЗАЩИЩАЕТ ВСЕХ НАС ОТ ОПАСНОСТЕЙ НА ДОРОГЕ


УПРАЖНЕНИЕ "КРОССВОРД"


Разгадай кроссворд, найди ключевое слово





1 


2 

3 

4 

5 

6 

7 


краевой
кризисный
центр
для мужчин



Школа – это место, где ты проводишь много времени: получаешь знания, отдыхаешь во время перемен, посещаешь кружки. Чтобы школьная жизнь была интересной и безопасной, существует определенный ряд правил. Ты знаешь каких? Давай вместе разберемся.

ОПРОСНИК "БУЛЛИНГ"

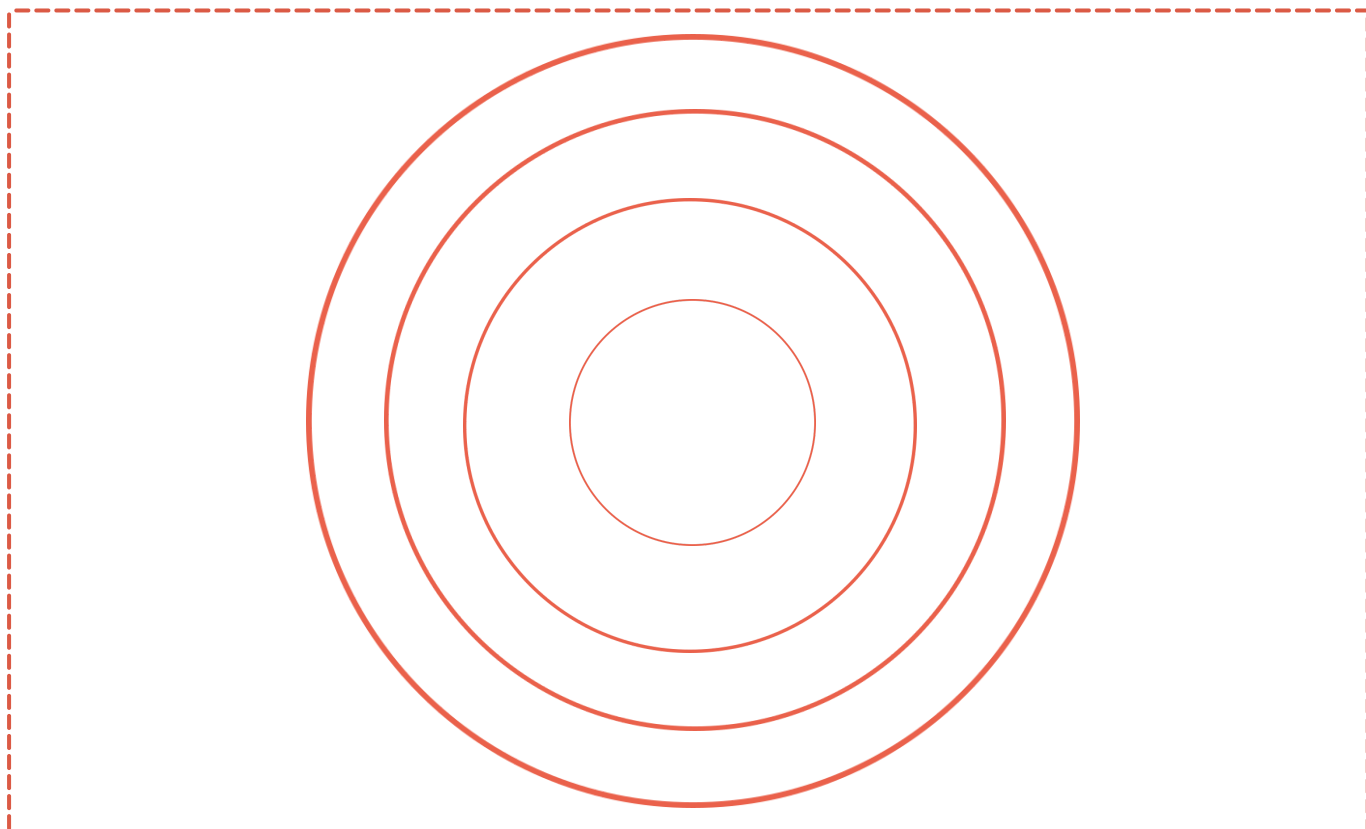
Прочитай утверждения, выбери вариант ответа и отметь его любым знаком

	Никогда не было	Было раз или два	Бывает иногда	Бывает раз в неделю	Бывает несколько раз в неделю
1. Я кого-то обозвал					
2. Я с кем-то специально не разговаривал					
3. Я нанес кому-то физический вред, например, толкнул или ударил					
4. Я распространял о ком-то сплетни					
5. Я угрожал					
6. Я украл или испортил чьи-то вещи					
7. Меня обзывали					
8. Обо мне распространяли сплетни					
9. Никто не хочет сидеть со мной или проводить свободное время					
10. У меня украли вещи					
11. Мне нанесли физический вред (ударили, толкнули)					
12. Никто не говорит со мной					
13. Мне угрожали					



МЕТОДИКА "КРУГИ"

Эти круги помогут понять, как ты себя чувствуешь в школе. Если хорошо, никто не обижает, есть друзья, поставь значок (+) в центре кругов. Если тебе в школе очень плохо, поставь значок в последнем круге. Если бывает по-разному, значок можно поставить во втором или третьем круге. Чем дальше от центра круга стоит значок, тем хуже тебе в школе.

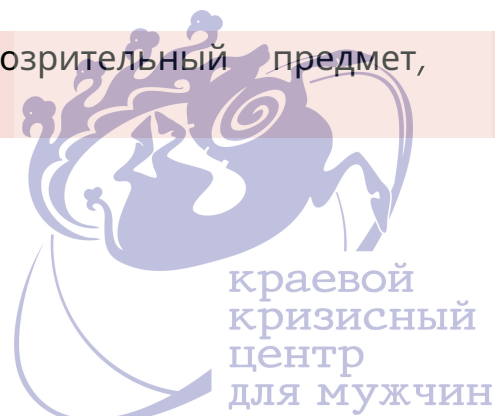


МЕТОДИКА "ПОСТУПАЙ ПРАВИЛЬНО"

Выбери ответ, который больше всего подходит

1. Если ты увидел забытые вещи или подозрительный предмет, категорически запрещается:

- смотреть на подозрительный предмет
- касаться подозрительного предмета
- рассказывать о подозрительном предмете





2. При получении сигнала об эвакуации из помещения ты должен:

- продолжать свое занятие, т.к. просто могут проверить оборудование;
- подождать, что скажут взрослые, потом прослушать указания, собрать личные вещи, после чего эвакуироваться
- быстро покинуть помещение, не брать с собой никаких вещей

3. Чем опасен ничейный (подозрительный) пакет?

- он может содержать взрывное устройство; брать в руки нельзя, нужно сообщить взрослым
- опасность отсутствует; это просто забытый чей-то пакет, надо взять и отнести руководителю
- заглянуть внутрь; всегда интересно, что находится внутри пакета

4. Если ты случайно попал в заложники, твои действия:

- постараться выбраться из сложившейся ситуации самостоятельно, действуя по принципу «И один в поле воин»
- попытаться договориться с террористами
- объединиться с другими заложниками и своими усилиями постараться захватить оружие у террористов
- не возражать, соглашаться со всеми требованиями, стремиться выиграть время и собрать как можно больше информации

5. Если ты попал под стрельбу, что делать?

- короткими перебежками добраться в безопасное место
- упасть на землю или пол, прикрыть голову руками
- встать за угол и подождать, пока закончатся взрывы и стрельба

6. С какой целью людей берут в заложники?:

- показать окружающим кто круче
- деятельность террористов
- чтобы прославиться в средствах массовой информации и заявить о себе
- чтобы получить выкуп





УПРАЖНЕНИЕ "НАЙДИ СВЯЗЬ"

Соедини термины с определением

Опасность	вероятность возникновения угрозы жизни
Террористы	вывоз людей из опасной местности
Ужас	очень сильный испуг, сильная боязнь
Заложник	запугивание, обещание причинить кому-то зло
Страх	быстрый и резкий процесс горения, который ведет за собой моментальное разрушение объекта или даже нескольких объектов сразу
Угроза	бандит, добивающийся своих целей путем захвата заложников с угрозой их уничтожения, участник актов террора
Взрыв	чувство сильного страха
Эвакуация	человек, удерживаемый силой с целью заставить выполнить какие-либо требования



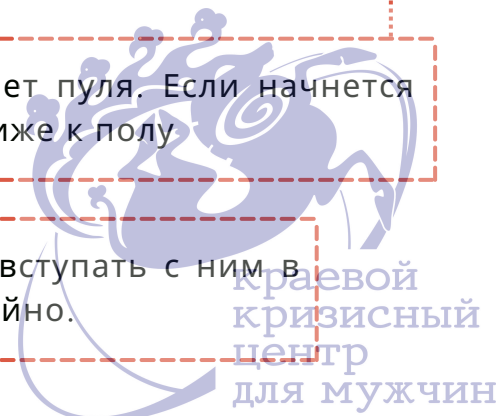
ЗАПОМНИТЕ!

ТЫ СИДИШЬ В КЛАССЕ И УСЛЫШАЛ ЗА ДВЕРЬЮ СТРЕЛЬБУ / ВЗРЫВЫ, ЧТО ДЕЛАТЬ?

Если в классе присутствует учитель, нужно четко следовать его инструкциям. Сидеть тихо и не паниковать

Нужно спрятаться в те места, где не достанет пуля. Если начнется штурм помещения, пригнуться как можно ближе к полу

Подчиняться всем требованиям нападающего. Не вступать с ним в спор. Не делать резких движений, вести себя спокойно.



ЧТО ДЕЛАТЬ ТЕМ, КТО НАХОДИТСЯ В КОРИДОРАХ, СПОРТЗАЛЕ И ТУАЛЕТАХ?



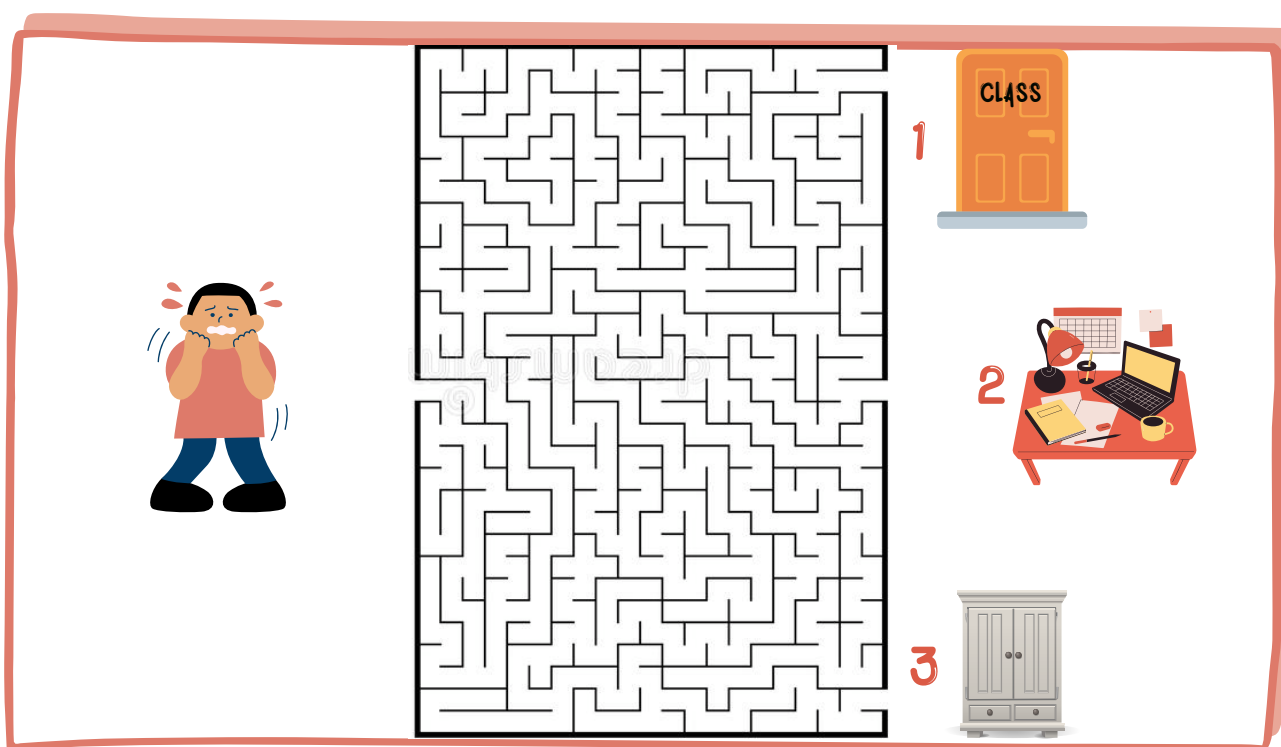
Необходимо покинуть открытое пространство и найти помещение, в котором можно закрыться на ключ. Внутри сидеть тихо и молчать.

По возможности позвонить по номеру «112» или «02», родителям, чтобы сообщить о своем местоположении.



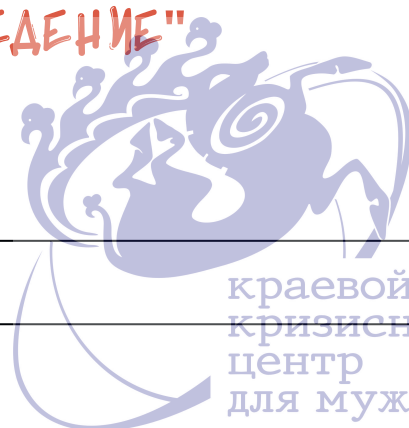
УПРАЖНЕНИЕ "ЛАБИРИНТ"

В каком месте спрячется мальчик от террористов?



УПРАЖНЕНИЕ "АГРЕССИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ"

Что такое агрессивное поведение?



краевой
кризисный
центр
для мужчин

Запиши всё, что делает человек, о котором можно сказать: "Да, он действительно агрессивный"

Подумай и запиши:

Какие проявления агрессивного поведения ты встречаешь в школе?

Что тебе кажется агрессивным?

Каким образом можно вызвать агрессию по отношению к себе?

Как окружающие в течение школьного дня проявляют агрессию к тебе

Как ты проявляешь агрессию к другим детям в школе

Бывают ли такие дети, которые проявляют свою агрессию не кулаками, а каким-то другим способом? Каким?



Как ты считаешь, почему люди пытаются почувствовать свое превосходство над другими?



В чем проявляется равенство между детьми?



ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

КАКИЕ СУЩЕСТВУЮТ ВИДЫ БУЛЛИНГА?

● ФИЗИЧЕСКИЙ

физические действия в отношении жертвы (толчки, пинки, побои, сексуальные домогательства)

● ВЕРБАЛЬНЫЙ

угрозы, оскорбления, насмешки, унижение

● СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ

буллинг, направленный на изоляцию в классе/группе (сплетни, слухи, игнорирование, бойкот)

● ЭКОНОМИЧЕСКИЙ

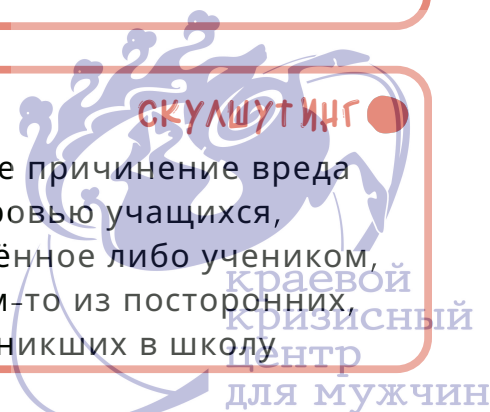
вымогательство или прямой отбор денег, вещей, порча одежды

● КИБЕРБУЛЛИНГ

взлом личных страниц, отправка негативных сообщений/комментариев, распространение ложной информации

● СКУЛШУТИНГ

массовое причинение вреда здоровью учащихся, произведенное либо учеником, либо кем-то из посторонних, проникших в школу





ЗАПОМНИТЕ!

ЧТО ДЕЛАТЬ В СИТУАЦИИ БУЛЛИНГА

1 ЕСЛИ ТЕБЯ ТРАВЯТ В ШКОЛЕ, ОБЗЫВАЮТ, ПОРТЯТ ОДЕЖДУ И ВЕЩИ, ОБЯЗАТЕЛЬНО РАССКАЖИ ОБ ЭТОМ ВЗРОСЛОМУ

Запомни: попросить помощи – это не слабость, а решение взрослого человека, попавшего в беду.

2 НЕ СТОИТ БОЯТЬСЯ, ЧТО «БУДЕТ ХУЖЕ», ЕСЛИ ТЫ КОМУ-ТО РАССКАЖЕШЬ О ТОМ, ЧТО ПРОИСХОДИТ

Будет действительно хуже, если ты останешься один на один со своей проблемой. Всегда найдется тот, кто сильнее твоих обидчиков и сможет тебя защитить.

3 ЕСЛИ ТЕБЯ ТРАВЯТ В ИНТЕРНЕТЕ, ОБЯЗАТЕЛЬНО СОХРАНЯЙ ВСЕ ПЕРЕПИСКИ, ВИДЕО, ГОЛОСОВЫЕ СООБЩЕНИЯ

Весь сохраненный материал можно в дальнейшем использовать как доказательства кибербуллинга.

4 ЕСЛИ ПРЕДМЕТ ТРАВЛИ МОЖНО ИСПРАВИТЬ — ИСПРАВЬ

Если нельзя – не считай себя виноватым.



УПРАЖНЕНИЕ "ШУТЛИВОЕ ПИСЬМО"

Выбери кого-нибудь, на кого ты недавно рассердился, с кем у тебя сложные отношения. Напиши этому человеку шутливое письмо, в котором преувеличь все свои чувства по отношению к нему. Старайся писать настолько смешно, чтобы тебе самому захотелось посмеяться над этой проблемой или этим конфликтом.





Как ты думаешь, что бы сказал человек, которому ты писал, если бы прочитал ваше письмо?

Когда полезно смеяться над конфликтом?



ТВОРЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ "РИСУНОК ШКОЛЫ"

Нарисуй свою школу





Наша жизнь невозможна без общения и взаимодействия с другими людьми. Каждый день ты встречаешь новых людей, с кем-то знакомишься, заводишь дружбу и не задумываешься о том, что может принести тебе это знакомство. В этой теме мы разберем ситуации, которые могут случиться при общении с людьми. А также узнаем, что необходимо делать, чтобы быть в безопасности, и как себя вести в разных ситуациях.



УПРАЖНЕНИЕ "НАЙДИ ОШИБКИ"

Закрась зеленым цветом кружки у тех картинок, где можно спрятаться от преследователей



краевой
кризисный
центр
для мужчин



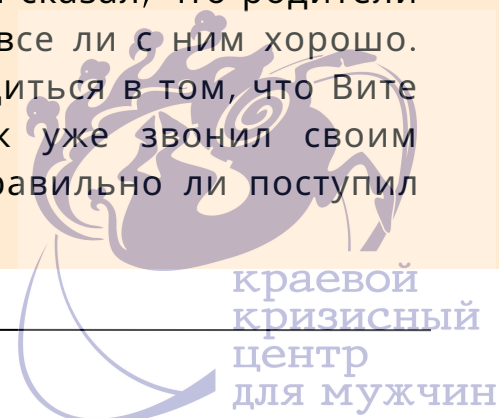
Объясни, почему эти места безопасны?



РАЗБОР КЕЙСА

К Васе подошёл незнакомый мужчина и попросил показать, где находится улица Ленина. За это он обещал Васе подарить игрушку и конфеты. Мальчик с радостью согласился, ведь улица Ленина совсем рядом, за поворотом. Правильно ли поступил мальчик? Почему?

Витя отдыхал дома после тренировки. В дверь постучали. Мальчик посмотрел в глазок, спросил: «Кто там?». За дверью стоял мужчина в форме. Он представился сотрудником полиции и сказал, что родители Вити волнуются за него и просили проверить, все ли с ним хорошо. Полицейский просил открыть дверь, чтобы убедиться в том, что Вите ничего не угрожает. В этот момент мальчик уже звонил своим родителям, о чем сообщил и полицейскому. Правильно ли поступил Витя? Почему?



Миша гулял один, ждал друзей. К нему подошёл незнакомый мальчик, сказал, что его зовут Саша, и предложил пойти к нему, чтобы поиграть в новую игровую приставку. Миша с радостью согласился. Своих родителей предупредить не стал, так как знал, что вернется домой до их прихода с работы. Правильно ли поступил Миша? Почему?

К Пете подошла женщина, представилась знакомой его родителей и позвала Петю к себе в машину, сказав, что его родители попросили подвезти Петю до дома. Она сказала, что в машине у нее есть замечательные щеночки, которых она разрешит погладить. Но Петя понял, что ни разу не видел эту женщину, засомневался, убежал в ближайший магазин и сразу позвонил родителям. Правильно ли поступил мальчик? Почему?





УПРАЖНЕНИЕ "НЕЗНАКОМЫЙ ЧЕЛОВЕК"



Опиши правила поведения при взаимодействии с незнакомым человеком (в подъезде, у лифта, у твоей входной двери)

Какие способы отказа незнакомцам ты можешь назвать?



ТВОРЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ "ГРАНИЦЫ МОЕЙ ЛИЧНОСТИ"

Нарисуй свое личное пространство в виде какого-нибудь образа. Дай этому образу название, очерти его границы



Где проходит граница твоего личного пространства?

Имеет ли кто-нибудь право нарушать эту границу? Кого ты можешь пустить на более близкое расстояние в твоем личном пространстве?



УПРАЖНЕНИЕ "НЕЗНАКОМЫЙ ЧЕЛОВЕК"

Подумай и напиши, какие правила безопасного поведения нужно соблюдать при поездке в общественном транспорте



УПРАЖНЕНИЕ "КРОССВОРД"

The crossword puzzle grid consists of the following structure:

- 1. A vertical word of 5 letters.
- 2. A horizontal word of 7 letters, intersecting the vertical word at its 3rd letter.
- 3. A horizontal word of 7 letters, intersecting the vertical word at its 3rd letter.
- 4. A vertical word of 5 letters, intersecting the horizontal word at its 3rd letter.
- 5. A vertical word of 5 letters, intersecting the horizontal word at its 5th letter.

Clues and illustrations:

- 1. Краевой кризисный центр для мужчин (Illustration: A man in a uniform holding a baton, with a target symbol in the background).
- 2. Незнакомый человек (Illustration: A person in a trench coat and hat).
- 3. Щит (Illustration: A shield with a cross).
- 4. Полиция (Illustration: A police officer in uniform).
- 5. Смартфон (Illustration: A hand holding a smartphone).

Logo: краевой кризисный центр для мужчин



УПРАЖНЕНИЕ "БЕСПЕЧНЫЕ ГЕРОИ СКАЗОК"



Ответь на вопросы о знакомых тебе героях сказок

Какое правило безопасности нарушила Красная шапочка?

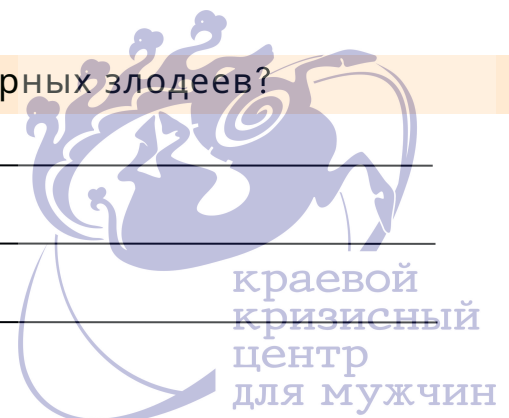
Какую хитрость придумал волк в сказке «Волк и семеро козлят» для того, чтобы пробраться в дом козы?

Почему Петушок все время попадался в лапы лисы в сказке «Кот, петух и лиса»?

Какое правило безопасного поведения нарушил Колобок?

Почему в сказке «Заяшкнн избушка» заяц остался без дома?

Героям каких сказок удавалось победить коварных злодеев?





Правила поведения с незнакомыми людьми

1. **Никогда не вступай в разговор с незнакомым человеком**
2. **Не соглашайся на любые предложения незнакомых людей (куда-то пойти, сесть в машину), чтобы они не предлагали и не говорили**
3. **Никогда не верь незнакомцам, если они обещают что-то купить или подарить тебе**
4. **Если незнакомый человек взял тебя за руку и пытается увести, вырывайся и убегай, громко кричи и зови на помощь, брыкайся, царапайся, кусайся**
5. **О любой попытке тебя куда-либо увести обязательно расскажи родителям, учителю, знакомым взрослым**

Всегда помни! От того, насколько ты будешь соблюдать правила безопасного поведения в общении с незнакомыми людьми, зависит твоя жизнь и здоровье!



ДЛЯ ЗАМЕТОК



краевой
кризисный
центр
для мужчин



Компьютер прочно вошёл в нашу жизнь. У тебя и всех твоих друзей есть сотовые телефоны. Чтобы узнать ответ на любой вопрос, ты обращаешься за помощью к Интернету. Как ты думаешь, Интернет тебе друг или враг? А ты знаешь, как обеспечить свою безопасность в Интернете?

ОПРОСНИК "ИНТЕРНЕТ"

Сколько времени в течение дня ты проводишь в Интернете?

Для каких целей используешь Интернет?

В сети Интернет ты любишь...

В социальных сетях тебе нравится...

Сколько у тебя "виртуальных" друзей?

В сети Интернет тебя раздражает...





УПРАЖНЕНИЕ "БЕЗОПАСНЫЙ ИНТЕРНЕТ"

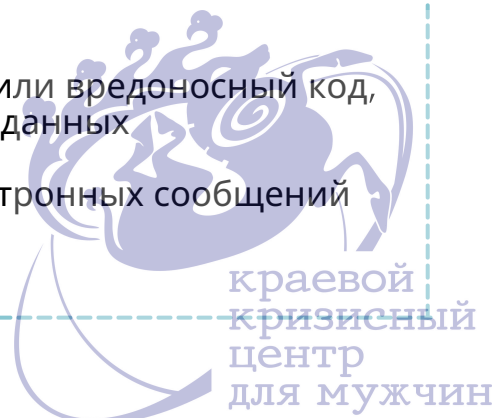
Создай облако со словами к теме "Безопасный Интернет". Напиши в облаке слова по теме "Безопасный интернет"



УПРАЖНЕНИЕ "НАЙДИ СВЯЗЬ"

Соедини термины с определением

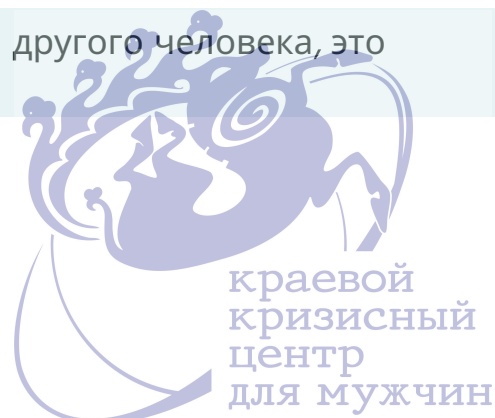
Интернет	изображение или текст на сайте, в письме выделяется синим цветом и подчеркиванием
Электронная почта	средство просмотра веб-страниц
Браузер	правила поведения в компьютерных сетях
Сетевой этикет	всемирная компьютерная сеть, соединяющая вместе тысячи сетей
Компьютерный вирус	компьютерная программа или вредоносный код, способный к уничтожению данных
Гиперссылка	пересылка, получение электронных сообщений





Обведи правильные варианты ответа

1. Какую информацию нельзя разглашать в Интернете?
 - Свои увлечения
 - Свой псевдоним
 - Домашний адрес
2. Чем опасны социальные сети?
 - Личная информация может быть использована кем угодно в разных целях
 - При просмотре неопознанных ссылок компьютер может быть взломан
 - Все указанное выше верно
3. Виртуальный собеседник предлагает встретиться. Как следует поступить?
 - Посоветоваться с родителями и ничего не делать без их согласия
 - Пойти на встречу одному
 - Пригласить с собой друга
4. Что в Интернете запрещено законом?
 - Размещать информацию о себе
 - Размещать информацию других без их согласия
 - Копировать файлы для личного использования
5. Действуют ли правила этикета в Интернете?
 - Интернет – пространство свободное от правил
 - В особых случаях
 - Да, как и в реальной жизни
6. Если кто-то разместит фото- или видеоматериалы другого человека, это может обидеть или унижить его?
 - Да, меня бы тоже это задело
 - Нет, в этом нет ничего плохого
 - Я не знаю





РАЗБОР КЕЙСА

Олег любит сидеть в Интернете, общаться в соцсетях. Однажды ему пришло приглашение в друзья от незнакомого аккаунта. Олега очень заинтересовали записи, закрепленные в новостной ленте этого аккаунта. Там было много информации по его любимой компьютерной игре. Олег принял приглашение в друзья. От этого аккаунта начали приходить сообщения с требованиями и угрозами.

Как Олегу избежать подобной ситуации? Что делать в этом случае?



СОВЕТЫ ПО БОРЬБЕ С КИБЕРБУЛЛИНГОМ

Кибербуллинг - преследование сообщениями, содержащими оскорбления, агрессию, запугивание; хулиганство; социальное бойкотирование с помощью различных интернет-сервисов.

Не бросайся в бой. Лучший способ: успокоиться, посоветоваться со взрослыми как себя вести. Отвечать оскорблениями на оскорбления не нужно. Можно спровоцировать конфликт.

Анонимность в сети может быть раскрыта. Существуют способы выяснить, кто стоит за анонимным аккаунтом.

Не стоит хулиганить в сети. Интернет фиксирует все действия.

Игнорируй единичный негатив. Обычно агрессия прекращается на начальной стадии.

Бан агрессора. В социальных сетях можно заблокировать отправку сообщений от определенных адресов.

Ты - свидетель кибербуллинга. Твои действия: выступить против преследователя, показать, что его действия оцениваются негативно, поддержать "жертву", сообщить взрослым о факте агрессивного поведения в сети.





УПРАЖНЕНИЕ "ИНТЕРНЕТ: БЕЗОПАСНО / ОПАСНО"



Прочитай утверждения. Поставь отметку "безопасно" / "опасно"

Писать личную информацию: имя, домашний адрес, номер телефона, сведения о родителях

Использовать никнейм (личное вымышленное имя) в процессе регистрации на различных сайтах, форумах, чатах

Назначать встречу с интернет-другом в людном месте, идти на встречу в сопровождении нескольких друзей или родителей

Придерживаться правил пользования Интернетом, разработанных в семье

Искать интересную информацию на официальных сайтах

Ограничивать время проведения в сети Интернет

Открывать вложения, присланные с неизвестных адресов

Размещать фото с друзьями без их разрешения

Добавлять незнакомых людей себе в социальную сеть

Учить иностранный язык, делать развивающие задания

Доверять интернет-розыгрышам

Рассказывать пароль друзьям и знакомым

Посылать свои фото незнакомцам

Читать новости на сайте школы

Идти на встречу с интернет-другом





УПРАЖНЕНИЕ "ПРОФИЛЬ В СОЦСЕТИ"

Представь, что тебе нужно зарегистрироваться в соцсети "Kidsbook".
Заполни профиль информацией о себе

 Имя и фамилия: _____


 Мой никнейм: _____


 День рождения: _____

 Город / поселок: _____

 Мои друзья: _____

 Любимая музыка: _____

 Любимые фильмы: _____

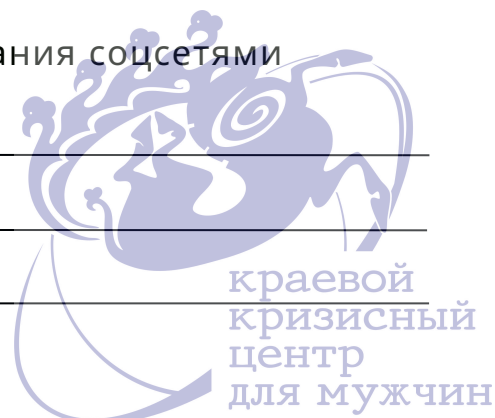
 Любимые книги: _____

 Место учебы: _____

 Я люблю: _____

 Мне нравится: _____

Напиши общие правила безопасного пользования соцсетями



Правила безопасного общения в сети

1. Ограничь список друзей. У тебя в друзьях не должно быть незнакомых людей

1

2. Защищай свою репутацию. Подумай, прежде чем что-то опубликовать, написать и загрузить

2

3. Если ты говоришь с людьми, которых не знаешь, не используй свое реальное имя и другую личную информации

3

4. Используй сложные пароли, состоящие из букв и цифр и с количеством знаков не менее 8, при регистрации в сети

4

5

6

7

8

2. Защищай свою частную жизнь. Не указывай свою личную информацию

3. Избегай пользователей и групп, говорящих на языке насилия и ненависти, призывающих к плохим действиям

4. Избегай размещения фотографий, где ты изображен на местности, по которой можно определить твое местоположение

8. Для социальной сети, почты и различных сайтов необходимо использовать разные пароли

Интернет – это богатый ресурс и интересное место для общения, если ты знаешь, как использовать его безопасно и избегать потенциальных угроз



ДЛЯ ЗАМЕТОК




краевой
кризисный
центр
для мужчин



Рабочая тетрадь разработана КГБУСО "Краевой кризисный центр для мужчин"

для реализации Комплекса мер "Повышение эффективности социальных практик, направленных на оказание помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения, обеспечение безопасности детей в Алтайском крае "Безопасное детство" на 2022-2023 гг." при поддержке Министерства социальной защиты Алтайского края



Краевой
кризисный
центр
для мужчин