



Управление образования администрации  
муниципального образования  
город Новоросси́йск



# МЕТОДИЧЕСКИЙ СБОРНИК

для родителей

2016

# Содержание

<b>Раздел 1. Права, обязанности и ответственность родителей.....</b>	<b>3</b>
<b>Раздел 2. Ребенок и семья.....</b>	<b>11</b>
<b>2.1 Семейные заповеди.....</b>	<b>4</b>
<b>2.2 Решаем проблемы. Советы психолога.....</b>	<b>7</b>
<b>Раздел 3. Рекомендации педагогов (краткие разработки родительских собраний).....</b>	<b>44</b>
<b>Раздел 4. Родителям о безопасности.....</b>	<b>69</b>
<b>Раздел 5. Олимпиадное движение.....</b>	<b>94</b>
<b>5.1 Всероссийская олимпиада школьников.....</b>	<b>95</b>
<b>5.2 Перечень олимпиад и иных конкурсных мероприятий, по итогам которых присуждаются премии для поддержки талантливой молодежи в 2016 г. ....</b>	<b>99</b>
<b>Раздел 6. Готов к труду и обороне!.....</b>	<b>105</b>
<b>Раздел 7. Информационные ресурсы.....</b>	<b>112</b>

1

*Права, обязанности  
и ответственность  
родителей*



**Ребёнок учится тому,  
что видит у себя в доме: родители пример тому!**

*П.И.Пидкасистый*



***Что должны знать родители!!!***

***Основные Законы,  
нормативно-правовые акты***

- ✓ Конвенция ООН о правах ребенка
- ✓ Конституция РФ
- ✓ Семейный Кодекс РФ
- ✓ Уголовный Кодекс РФ
- ✓ ФЗ «Об образовании в РФ»
- ✓ Административный Кодекс РФ
- ✓ Закон Краснодарского края №1539



### **Статья 18.**

Родители имеют общую и первичную ответственность за воспитание и развитие ребенка. Они обязаны в первую очередь думать об интересах ребенка.



### **Статья 38.**

1. Материнство и детство, семья находятся под защитой государства;
2. Забота о детях, их воспитание – равное право и обязанность родителей;

### **Статья 43.**

1. Каждый имеет право на образование.
4. Основное общее образование обязательно. Родители или лица, их заменяющие, обеспечивают получение детьми основного общего образования.



**Глава 4.** Обучающиеся и их родители (законные представители):

**Статья 43.** Обязанности и ответственность обучающихся;

**Статья 44.** Права, обязанности и ответственность в сфере образования родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся.



### Статья 43.

За неисполнение или нарушение Устава Школы, правил внутреннего распорядка и иных нормативных актов к обучающимся школы могут быть применены **меры дисциплинарного взыскания** – замечание, выговор, отчисление из образовательного учреждения.

По решению Школы и с согласия КДН и ЗП за неоднократное совершение дисциплинарных поступков, допускается **применение отчисления несовершеннолетнего обучающегося, достигшего возраста 15 лет.**

### Статья 44.

1. Родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся **обязаны** обеспечить получение детьми общего образования.

6. За неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей, установленных настоящим Федеральным законом и иными федеральными законами, родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся несут ответственность, предусмотренную законодательством Российской Федерации.



## **Глава 12. Права и обязанности родителей**

**Статья 56.** Право ребенка на защиту;

**Статья 63.** Права и обязанности родителей по воспитанию и образованию детей;

**Статья 65.** Осуществление родительских прав.

**Статья 69.** Лишение родительских прав.

**Статья 77.** Отобрание ребенка при непосредственной угрозе жизни ребенка или его здоровью.

### **Статья 56. Право ребенка на защиту**

1. Ребенок имеет право на защиту своих прав и законных интересов.
2. Ребенок имеет право на защиту от злоупотреблений со стороны родителей (лиц, их заменяющих).
3. Должностные лица организаций и иные граждане, которым станет известно об угрозе жизни или здоровью ребенка, о нарушении его прав и законных интересов, обязаны сообщить об этом в орган опеки и попечительства по месту фактического нахождения ребенка.

### **Статья 63. Права и обязанности родителей по воспитанию и образованию детей**

1. Родители имеют право и обязаны воспитывать своих детей.
2. Родители обязаны обеспечить получение детьми основного общего образования и создать условия для получения ими среднего (полного) общего образования.



## **Статья 65. Осуществление родительских прав**

1. Родительские права не могут осуществляться в противоречии с интересами детей. Обеспечение интересов детей должно быть предметом основной заботы их родителей.
2. Все вопросы, касающиеся воспитания и образования детей, решаются родителями по их взаимному согласию, исходя из интересов детей и с учетом мнения детей.

## **Статья 69. Лишение родительских прав**

1. Уклонение от родительских обязанностей.
2. Злоупотребление родительскими правами.
3. Жестокое обращение с детьми.
4. Хронический алкоголизм, наркомания.

## **Статья 77. Отобрание ребенка при непосредственной угрозе жизни ребенка или его здоровью**

1. При непосредственной угрозе жизни ребенка или его здоровью орган опеки и попечительства вправе немедленно отобрать ребенка у родителей (одного из них) или у других лиц, на попечении которых он находится.





## **Глава 16. Преступления против жизни и здоровья**

### **Статья 125. Оставление в опасности**

## **Глава 20. Преступления против семьи и несовершеннолетних**

### **Статья 156. Неисполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего**

#### **Статья 125. Оставление в опасности**

Заведомое оставление без помощи лица, находящегося в опасном для жизни или здоровья состоянии.

Минимальное наказание – штраф в размере 80 000 руб.

Максимальное наказание – лишение свободы сроком до 1 года.

#### **Статья 156. Неисполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего**

Неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего родителем или иным лицом, на которое возложены эти обязанности, а равно педагогом или другим работником образовательного учреждения.

Минимальное наказание – штраф в размере 100 000 руб.

Максимальное наказание - лишение свободы сроком до 5 лет.

За невыполнение или ненадлежащее выполнение  
родительских обязанностей,  
а также за совершение правонарушений  
в отношении своих детей **родители несут**  
**административную, уголовную и иную ответственность!**

*«На родителях, только на родителях лежит  
священнейшая обязанность сделать своих детей  
человеками, обязанность же учебных заведений –  
сделать их учеными, гражданами, членами  
государства на всех ступенях. Но кто не сделался  
прежде всего человеком, тот плохой гражданин.  
Так давайте же вместе будем делать наших детей  
человеками...».*

*В.Г. Белинский*



Берегите детей, берегите  
Злые чары от них отводите,  
Счастье, радость, заботу дарите –  
Берегите!

Берегите детей, берегите:  
Их жалеите, лелейте, любите  
И любить их других научите –  
Берегите!

Берегите детей, берегите:  
От невзгод и потерь их храните,  
Их печали себе заберите –  
Берегите!

2

# *Ребенок и семья*



## 2.1 Семейные заповеди

- ✓ Семья начинается с «мы», будь требовательнее к себе.
- ✓ Решай вместе с человеком, а не вместо человека.
- ✓ Не демонстрируй свое превосходство, уважай партнера.
- ✓ Будь другом друзей супруга.
- ✓ Не упрекай, критикуя, не обвиняй и не унижай.
- ✓ Спешి сделать доброе дело и не жди награды.
- ✓ Не верит тот, кто сам обманывает.
- ✓ Ревнует тот, кто сам допускает мысль об измене.
- ✓ Будь терпим, подумай, умей понять и простить супруга.
- ✓ Смейся вместе, а не над...
- ✓ Ищи в супруге хорошее, говори о его достоинствах.
- ✓ Если уверен, что виноват супруг, то ищи причину в себе.
- ✓ Не давай советов, если тебя не просят.
- ✓ Делай первым шаг навстречу, если возникает ссора или конфликт.
- ✓ Любовь и взаимопонимание — основа вашего счастья!

### *Понятия семейной жизни*

**Сопереживание** (способность чувствовать другого человека, ощущать себя на его месте).

**Равенство** (предполагает, что вы считаетесь с интересами друг друга).

**Поддержка** (вдвоем вы способны на многое).

**Толерантность** (умение принимать человека таким, какой он есть).

**Компромисс** (умение уступать друг другу).

**Признание** (уважение и благодарность).

**Приспособляемость** (умение адаптироваться, если того требуют обстоятельства).

**Любовь** (нежная забота друг о друге).

**Верность** (преданность друг другу).

**Умение слушать** (прислушиваться друг к другу).

**Юмор** (смех поддерживает физическое и психологическое здоровье).

**Желание** (отношения необходимо поддерживать неожиданными всплесками страстей).

**Доверие** (чувство безопасности и уверенности).

**Нежность** (чуткое отношение друг к другу).

**Совместное времяпрепровождение** (нужно всегда находить время для того, чтобы побыть наедине друг с другом).

## ***Помни всегда!!! Если...***

- ✓ Ребенка постоянно критикуют, он учится ... ***ненавидеть.***
- ✓ Ребенок живет во вражде, он учится... ***быть агрессивным.***
- ✓ Ребенок живет в упреках, он учится... ***жить с чувством вины.***
- ✓ Ребенка высмеивают, он учится ... ***быть замкнутым.***

- ✓ Ребенок растет в терпимости, он учится... *понимать других.*
- ✓ Ребенка хвалят, он учится ... *(быть благородным).*
- ✓ Ребенок растет в честности, он учится ... *быть справедливым.*
- ✓ Ребенок растет в безопасности, он учится ... *верить в людей.*
- ✓ Ребенка поддерживают, он учится ... *ценить себя.*
- ✓ Живет в понимании и дружбе, он учится ... *находить любовь в мире.*



## 2.2 Решаем проблемы советы психолога

### Проблема. Как подготовиться к поступлению в школу?

**Помните, что поступление в школу - один из важнейших периодов в жизни Вашего ребёнка**

- ✓ Школа желательно должна быть рядом с домом.
- ✓ Поддерживайте ребенка в его стремлении быть школьником.
- ✓ Обсуждайте с ребенком правила и нормы, с которыми он встречается в школе.
- ✓ Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что-то не сразу получиться. Ребенок имеет право на ошибку.
- ✓ Составьте с ребенком распорядок дня, следите за его соблюдением. Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками. Если, например, у ребенка есть нарушения речи, постарайтесь справиться с ними как можно быстрее.
- ✓ Для гиперактивного или медлительного ребенка, нужно, прежде всего, выбирать учителя. Он должен быть спокойным и уравновешенным.
- ✓ Поддерживайте ребенка в его желании добиться успеха. Помните, что похвала («Молодец!», «Ты хорошо справился!») — это эмоциональная поддержка.

## *Несколько коротких правил родителям первоклассников*

1. Поступление в школу первоклассника приводит к эмоциональной стрессовой ситуации: меняется режим дня, привычный стереотип поведения, возрастает физическая и психоэмоциональная нагрузка.

Медики считают, что в 6-7 лет ребенку очень трудно справиться с самим собой. И тысячу раз были правы наши прабабушки, которые отправляли своих отпрысков в гимназию в 9 лет, когда нервная система уже сформировалась. Однако серьезных срывов и болезней можно избежать и сегодня, если соблюдать четыре простых правила.

2. Никогда не отправляйте ребенка одновременно в первый класс и в какую-то секцию или кружок. Если малыш не будет иметь возможности погулять, у него могут возникнуть проблемы со здоровьем, может начаться невроз.

Если занятия спортом и музыкой кажутся вам необходимой частью воспитания вашего ребенка, начните водить его туда за год до начала учебы или со второго класса.

3. Помните, что ребенок может концентрировать внимание не более 10-15

минут. Поэтому, когда вы будете делать с ним уроки, через каждые 10-15 минут прервитесь и обязательно дайте малышу физическую разрядку.

Можете просто попросить его попрыгать на месте 10 раз, побегать или потанцевать под музыку несколько минут. Начинать выполнение домашних заданий лучше с письма.

Можно чередовать письменные задания с устными. Общая длительность занятий не должна превышать одного часа.

4. Компьютер, телевизор и любые другие занятия, требующие большой зрительной нагрузки, должны



продолжаться не более часа в день — так считают врачи-офтальмологи и невропатологи во всех странах мира.

5. В течение первого года учебы ваш малыш больше всего нуждается в поддержке. Он не только формирует свои отношения с одноклассниками и учителями, но и впервые понимает, что с ним самим кто-то хочет подружиться, а кто-то и нет.

Именно в это время у ребенка складывается свой собственный взгляд на себя. И если вы хотите, чтобы из него вырос спокойный и уверенный в себе человек, обязательно хвалите его.

Поддерживайте, не ругайте за двойки и грязь в тетради. Все это мелочи по сравнению с тем, что от бесконечных упреков и наказаний ваш ребенок потеряет веру в себя.

### *Самое главное*

- ✓ Нельзя никогда (даже в сердцах) говорить ребенку, что он хуже других.
- ✓ Показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не его достижения.
- ✓ Следует по возможности честно и терпеливо отвечать на любые вопросы ребенка.
- ✓ Старайтесь каждый день находить время, чтобы побыть наедине со своим ребенком.
- ✓ Учите ребенка свободно и непринужденно общаться не только со своими сверстниками, но и с взрослыми людьми.

- ✓ Не стесняйтесь подчеркивать, что вы им гордитесь.
- ✓ Будьте честны в оценках своих чувств к ребенку.
- ✓ Всегда говорите ребенку правду, даже если вам это невыгодно.
- ✓ Оценивайте только поступки, а не самого ребенка.
- ✓ Не добивайтесь успеха силой.
- ✓ Всегда выполняйте обещания, данные ребенку.
- ✓ Признавайте право ребенка на ошибки.
- ✓ Помните: ребенок относится к себе так, как относятся к нему взрослые.
- ✓ Иногда попробуйте поставить себя на место своего ребенка, и тогда будет понятнее, как вести себя с ним.

### *Проблема. Как помочь застенчивому и тревожному ребенку?*

Почему одни дети общительные, смелые, а другие - стеснительные, робкие, нерешительные? Если вы родитель тревожного и застенчивого ребенка и задаетесь подобным вопросом, то эта информация для вас.

Прежде всего, родителям надо иметь в виду, что **природа создала каждого человека уникальным и каждый ребенок от рождения имеет свои достоинства и недостатки, которые друг друга взаимно компенсируют. Не бывает как полностью положительных, идеальных детей, так и состоящих только из одних недостатков.**

Кроме того, одно и то же качество в одних ситуациях может рассматриваться как достоинство, а в других ситуациях - как недостаток. Например, ту же самую стеснительность в определенных ситуациях можно расценить как скромность и вежливость.

К тому же, застенчивые дети обладают массой достоинств: большим творческим потенциалом, наблюдательностью, исполнительностью, повышенным чувством ответственности. ***Родители должны помочь им раскрыть свои таланты.*** И не нужно завидовать родителям сорванцов, у них свои, не менее серьезные проблемы с детьми.

Стеснительность, тревожность, застенчивость, нерешительность - все эти качества личности определяются одним общим свойством темперамента - сдержанностью и в большинстве случаев связаны с низкой самооценкой.

Сдержанные дети проявляют свой темперамент с первого дня после рождения, реагируя на все новое с осторожностью и нерешительностью. Такие дети склонны отступать или раздражаться при встрече с незнакомыми явлениями, искать убежища у матери. Согласно исследованиям, около 20 % здоровых малышей легко возбуждаются от незнакомого окружения и потом тяжело успокаиваются. Большая часть из них впоследствии становятся несмелыми, осторожными детьми.

**На формирование повышенной тревожности и застенчивости**, помимо природой заданного темперамента, могут влиять также **следующие факторы:**

- ранняя и потому болезненная разлука с матерью, которая является причиной излишней чувствительности и зависимости ребенка от эмоционального состояния окружающих людей, что, в свою очередь, формирует у него застенчивость и неуверенность;

- излишняя принципиальность и строгость родителей, зависимость проявлений внимания и любви от того, насколько оправдываются ожидания отца и матери;

- завышенные требования и ожидания по отношению к ребенку, которые часто является причиной его проблем в дальнейшей, взрослой жизни.

Родителям очень важно правильно воспитывать застенчивого ребенка, чтобы не усугубить его стеснительность, а наоборот сгладить ее.

**Вырастет ваш малыш нелюдимым и нервным или спокойным и наблюдательным во многом зависит от вас.**

Работа по повышению самооценки является одной из важнейших составляющих коррекционной работы с тревожными и неуверенными в себе детьми.

## ***Придерживайтесь следующих правил при воспитании вашего ребенка:***

**1. Не сравнивайте ребенка с другими детьми и не акцентируйте внимание на неудачах.** Наоборот, старайтесь подмечать все его малейшие достижения и хвалить за успехи. Главная ваша задача - верить в ребенка так сильно и убедительно, чтобы малыш поверил вам и "заразился" вашей верой. Тогда он станет уверенным в себе человеком. Ведь известно: добиться чего-то в жизни, можно только веря в свои силы.

**2. Не торопите ребенка, давайте ему время привыкнуть к новому.**

Застенчивому, робкому ребенку требуется определенное время, чтобы познакомиться, приглядеться, понять законы, которые действуют в новой ситуации, будь то компания сверстников, новый воспитатель, новая квартира. Только убедившись, что ему там ничего не угрожает, он сможет успокоиться. Если задаете ему вопрос, то давайте необходимое для подготовки ответа время; старайтесь не повторять вопрос дважды или даже трижды. В противном случае ребенок ответит нескоро, так как каждое повторение он будет воспринимать как новый стимул.

**3. Не заставляйте ребенка «быть смелым».**

Ваши увещевания и нотации не принесут результата.

Тревоги малыша иррациональны по своей природе, ведь сам ребенок лет до семи живет в мире чувств и образов, а не здравого смысла. Говорить словами «здесь нет ничего страшного» бессмысленно. Нужно дать ребенку почувствовать себя в безопасности. А что лучше прогоняет страх, чем мамина ласка, мамина близость?

**4. Нельзя кричать ни на детей, ни в присутствии детей!**

**5. Если взрослый обращается к тревожному ребенку, он должен установить контакт глаз: это вселяет доверие в душу ребенка.**

**6. Повышенная требовательность родителей – опасна.**

Излишняя требовательность и строгость к детям с утонченной душевной организацией приводит к прямо противоположному эффекту. Ребенок должен чувствовать, что его принимают и ценят вне зависимости от его поведения, успехов.

**7. Старайтесь создавать для ребенка ситуации, где бы он смог проявить свои таланты, достоинства, чтобы приобрести уверенность в себе и заслужить уважение сверстников.**

Например, можно устраивать дома праздники для детей и приглашать на них одноклассников малыша, или устраивать совместные с друзьями ребенка выезды на природу, ходит в походы. Здесь, в комфортной для себя обстановке, когда рядом мама и папа, застенчивый ребенок будет чувствовать себя более уверенно и это даст ему возможность изменить мнение приятелей о нем.

**8. Тревожные дети чрезвычайно чувствительны к плодам собственной деятельности.** Одновременно им очень трудно самим оценить итоги своего труда, они не могут сами решить, правильно или неправильно они сделали что-

либо, а ждут этой оценки от взрослого. Негативные оценки значимых взрослых оказывают сильное травмирующее влияние на ранимую психику таких детишек. Если родители могут учитывать этот важный момент и не осуждать своих детей за ошибки, то поступление в школу резко усложняет ситуацию. Количество вербализованных и невербализованных оценок резко возрастает, и не всегда эти оценки бывают положительными. Нужно сказать о первостепенной роли учителя для первоклассника, так как именно он оказывается для ребенка наиболее значимой и вместе с тем наиболее травмирующей фигурой, поскольку именно от учителя исходит отрицательная оценка. Поэтому в случае необходимости можно рекомендовать родителям сходить в школу и поговорить с учителем. Как известно, улучшения положения ребенка в начальном классе можно добиться простым изменением отношения к нему учителя.

**9. Не надо бояться, что, отгораживая ребенка от негативного опыта** и создавая ему комфортные условия для развития, вы вырастите «тепличного» человека, совершенно не приспособленного к суровой реальности. Конечно, повышенная гиперопека только навредит. Не нужно «подставлять руки» на каждом шагу, нужно создать условия для развития самостоятельности и веры в себя.

Родителям важно предоставить ребенку определенную свободу, возможность самому принимать решения и решать проблемы. Но не менее важно не бросать его наедине с трудностями, к которым он пока не готов.

*Помните: опыт неудач и поражений приземляет, опыт побед и успехов окрыляет. Помогите вашему робкому малышу расправить свои нежные крылышки!*

## Проблема. Как преодолеть трудности в учебе?

Далеко не всегда дети готовы понимать родительское «надо». От них можно услышать массу аргументов «против».

Учеба, как и работа у взрослых, часто однообразный труд, и от альтернатив поиграть, посмотреть телевизор или зайти в соцсеть иногда невозможно отказаться, не приложив усилие.

Возможность вернуть ученика обратно в учебный строй приходится искать.

Кого-то можно вовлечь за компанию, вдохновить поощрениями, предоставленной свободой, кому-то поможет здоровое чувство честолюбия («ты не хуже других»), похвала, воспитательные беседы.

Но есть и обязательные для всех пункты «программы по вовлечению».

### *Взрослые задачи*

**Задача № 1.** Объяснить, зачем учиться. Развить интерес к той пользе, которую приносит изучение разных предметов и наук сейчас и к тому, как пригодятся знания в будущем. Мечтаешь стать известным хоккеистом мирового масштаба и учеба тебе не нужна? А как с иностранным тренером общаться, на зарубежные соревнования ездить? Нужен английский. Давать интервью – русский и литература, ведь быть спортсменом – не значит быть безграмотным.

**Задача № 2.** Избегать двойных стандартов. Если вы настаиваете, чтобы школьник уделял время чтению, но вас он никогда не видел с книгой, доказать ему важность литературы трудно. Противоречия между требованиями и реальной жизнью расхолаживают.

**Задача № 3.** Придерживаться золотой середины. Неблагодарное это дело – лепить из гуманитария технаря только потому, что он из семьи потомственных инженеров. Другая крайность – полностью перестать обращать внимание на те предметы, которые даются с трудом.

**Задача № 4.** Быть осторожнее с критикой. Под давлением школьник выполнит домашнее задание или напишет контрольную, но мало что усвоит, поскольку учеба все больше будет ассоциироваться с чем-то неинтересным и малоприятным. Страх заставляет сосредотачиваться на внутренних переживаниях, а большая часть информации просто пропускается.

У желая корпеть над трудным заданием могут быть и сторонние препятствия. Важно понять, что мешает в каждом отдельном случае. Если это не пробелы в знаниях, неувоенный вовремя материал и отставание по программе, возможно, это и связанные с успеваемостью конфликты в классе, сложности с учителем, физическая или эмоциональная усталость.

**Задача № 5.** Создавайте приятные ассоциации, позитивную и комфортную атмосферу во время занятий. Постоянные неудачи в учебе рожают сопротивление и отвращение. Ребенок перестает ощущать контроль над ситуацией, теряет включенность, становится пассивным. Весь его опыт говорит: «Зачем стараться, если ничего не получается?».

В отношении детей, еще не вступивших в подростковый возраст, лучшей формой обучения является игра и совмещение ее с традиционными формами подачи материала. Логическое мышление и способность прилагать волевые усилия формируются примерно к 12 годам.



Все призывы к сознательности, долженствованиям или «задуматься о своем будущем» раньше этого возраста малоэффективны, ребенок еще биологически не готов понять вас на этом уровне. Будьте проще, мотивируйте в игре и развлечениях. Проявите терпение, внимание, станьте сами отчасти ребенком и тогда вам проще будет понять его.

Отдельного внимания заслуживает снижение мотивации и слабый интерес к учебе со стороны ребенка на фоне сложной семейной ситуации (развод, скандалы и т.п.) Здесь ваша задача становится сложнее, глобально – это нормализация партнерских отношений (в большинстве таких случаев сложности в учебе пропадают). Может помочь совместный поход к семейному психологу (обязательно с папой), тогда психокоррекция поведения будет в разы успешнее.

## *Основные проблемы снижения успеваемости*

### **1. Не усваивает конкретный предмет.**

*Возможные причины:* неинтересен предмет, отстал по программе и не понимает, о чем идет речь, учитель плохо объясняет и не уделяет внимания проверкам полученных знаний, конфликты в классе, сложности в общении с учителями.

**2. Протест и желание самоутвердиться, показать свою самостоятельность.** *Возможные причины:* общение с «плохой компанией», в классе негативные отношения к выскочкам и «ботаникам».

**3. Психологический конфликт: разочарование в учебе, депрессия, непонятен смысл учебы для будущего.**

*Возможные причины:* конфликты в семье, нет примеров перед глазами, кому подражать и на кого равняться, сложности в общении с близкими, ошибки в воспитании, противоречивые послания от значимых лиц (например: отец требует дисциплины, а мать потакает каждому желанию). Гиперопекающие родители, которые все решают за ребенка, не дают ему расти и развиваться.

**4. Физиологические проблемы: общая утомляемость, проблемы с концентрацией внимания на уроке.**

*Возможные причины:* большое количество секций и кружков выматывает ребенка в течение дня, поэтому времени и сил для выполнения домашних работ у него нет.

## *Проблема. Как развивать волю у подростков?*

**Воля** – это способность человека отсрочить удовлетворение актуальных потребностей ради достижения более долгосрочных.

Важнейшим основанием для становления воли в подростковом возрасте является **произвольность**, сформированная в дошкольном и младшем школьном возрасте, т. е. способность ребенка произвольно (в соответствии с пожеланиями взрослого) регулировать свое поведение.

Развитие произвольности самым тесным образом связано со становлением мозгового субстрата. Именно развитие новой коры лобных долей больших полушарий головного мозга, в основном завершающееся к семи годам (у мальчиков чуть позже, чем у девочек), обеспечивает способность направлять и регулировать свое поведение.

**Возможность действовать произвольно, а не спонтанно** в соответствии с текущими желаниями и

случайными стимулами, **является важнейшим элементом готовности ребенка к школе.**

Развитию произвольности способствуют любые систематические занятия, установленные рамки и правила, а так же задания, выполнение которых проходит в соответствии с определенным образцом. Таким образом, предлагая ребенку **действовать по образцу**, требуя от него соблюдения правил, мы тем самым **обеспечиваем развитие у него произвольности.**

Важнейшими инструментами этой работы являются **игры по правилам** (в т.ч. и переменным), следование дисциплинарным нормам в ходе занятий (с постоянно увеличивающейся продолжительностью), задания, требующие соблюдения правил и их выполнения.

Исходя из ранее данного определения воли, **волевым ребенком** мы будем полагать того, кто способен отказаться от удовольствия компьютерной игры сейчас для того, чтобы, сделав непростое и неприятное домашнее задание, получить тем самым необходимые знания и обеспечить себе высокий уровень успеваемости и компетенции в дальнейшей жизни.

## *Формирование воли*

Определим наиболее разумные на наш взгляд психолого-педагогические подходы к формированию и развитию воли подростков.

### **1. Запреты и требования**

Для того, чтобы сформировать у ребенка волевые качества, их прежде всего необходимо задать ему извне в виде системы родительских запретов и требований.

Речь не идет о каких-либо жестких мерах домашней тирании. Достаточно сформулировать ряд несложных требований к ребенку, соблюдение которых должно

обеспечиваться. Это могут быть самые простые вещи, касающиеся учебы, работы по дому, ухода за собой и своими вещами.

Главное, не вступая в излишние дебаты с ребенком транслировать мысль, что эти требования должны быть соблюдены просто потому, что таковы правила. Ребенок может принять участие в их разработке и высказывать по их поводу свое мнение, но будучи утвержденными, они обязательны для соблюдения.

## **2. Контроль**

Итак, чтобы обеспечить самостоятельные проявления ребенком воли, первоначально мы задаем их извне мягкими, но уверенными требованиями и правилами. Однако и без психологического образования понятно, что нельзя вечно являться для своего ребенка внешним ограничителем. Как же передать ребенку функции самостоятельной волевой регуляции?

Представим себе процесс подготовки домашнего задания в виде **четырех этапов**:

1. Планирование
2. Выполнение
3. Контроль
4. Исправление

Эта схема принципиально не нова и применима практически к любой деятельности. Уже в младшей школе ребенок способен самостоятельно осуществлять выполнение домашнего задания, при условии что остальные этапы реализуются совместно со взрослым.

Постепенно ребенку можно передавать этап планирования, оставляя за собой только контроль и исправление (т. к. ученику может быть нужна помощь в исправлении допущенных при выполнении домашнего задания ошибок).

Затем и исправление ошибок должно стать самостоятельной деятельностью ребенка. Последний этап

любого действия, который родители и учителя оставляют за собой, - это контроль.

Контроль может приобретать разные формы: от поверхностной проверки наличия сделанного задания, до глубокого исследования проделанной ребенком работы. В любом случае вплоть до старшего подросткового возраста в некоторых сферах жизнедеятельности ребенка контроль должен оставаться на стороне взрослого. Это никак не связано с недоверием к ребенку и не отменяет важности самоконтроля со стороны учащегося. Это обусловлено тем, что процесс формирования волевого поведения требует не только надежной основы в виде произвольности, опирающейся на нейробиологическое развитие, но и принятия ребенком временной перспективы своей жизни, сформированной ценностной сферы. Последних качеств (в их полном проявлении) неразумно требовать от ребенка младше 16-17 лет.

### **3. Мотивация**

Важным элементом формирования волевого поведения является актуализация тех мотивов, которые обеспечат эффективное, социально приемлемое поведение. Ничто так не мотивирует к какой-либо деятельности, как успех в ней. Именно поэтому часто не хотят учиться дети, у которых по разным причинам это плохо получается.

Беда состоит только в том, что усилия в освоении того или иного материала (учебного, творческого или спортивного) неизбежно должны предшествовать успехам и достижениям. Нельзя сначала выиграть соревнования, завоевав любовь и уважение товарищей, а потом тренироваться. Для того чтобы облегчить ребенку процесс волевой саморегуляции, разумно снабдить его ситуациями, в которых отдача от его усилий может стать очевидна и для него самого, и для окружающих его сверстников.

Соревнования, конкурсы, школьные и окружные олимпи-

ады - источники опыта конкуренции и переживания достижений. Очень важно при этом не формировать у ребенка установку на победу, эффект может быть обратным.

Целесообразнее придерживаться олимпийского принципа - главное участие, ведь само участие в соревновании служит подтверждением компетентности и признанием достижений ребенка в той или иной сфере.

#### **4. Тренировка навыков**

Одним из инструментов трансляции навыков волевой саморегуляции являются совместные со взрослыми настольные спортивные игры по правилам.

Смысл такого рода деятельности в том, что, принимая правила игры, переживая опыт поражений и продолжая играть (следуя примеру родителей, у которых, конечно, с волей все в порядке), ребенок усваивает модель волевого поведения и учится применять ее в повседневной жизни.

Итак, мы в самых общих чертах коснулись неисчерпаемых глубин волевой регуляции поведения. В заключение хочется добавить, что проблема воли не локализована в высоких достижениях в спорте и баллах на ЕГЭ и ГИА. Она разлита в нашей повседневной жизни и находит в ней свое дальнейшее развитие.

Даже если во время прогулки в парке нам хочется скорее избавиться от надоевшей упаковки из-под мороженого, мы берем на себя труд дойти до ближайшей урны.

Родители каждого ребенка ежедневно демонстрируют волевое поведение: отправляясь на работу, выполняя правила жизни в человеческом обществе и т. д. Учителя, отправляясь домой со стопками нуждающихся в проверке тетрадей, совершают волевой акт.

Важно без давления и пафоса приоткрыть перед ребенком этот «взрослый» мир, и волевая саморегуляция станет неременной частью его жизни.

## Проблема. Как вести себя, если ребенок говорит неправду?

**Нечестность** - мать всех пороков. Когда человек начинает говорить неправду себе и окружающим, он помещает себя в иллюзорный мир отношений, которые не согласуются с реальностью и из которого уже трудно выйти.

Нечестность в младшем школьном возрасте встречается часто. В ней нет ничего опасного до тех пор, пока она не выходит за опасные пределы, где уже начинает портить жизнь человеку и окружающим, превращается в социально-опасное явление.

Нечестное поведение не опасно до тех пор, пока не закрепляется как устойчивая форма поведения. Дети любят фантазировать, приукрашать, преувеличивать. Буйная фантазия некоторых детей становится характерной чертой их миропонимания, изменяет границы между правдой и полуправдой. Они искренне верят в то, что говорят. Как честно и преданно смотрит ребенок в глаза, как вдохновенно сочиняет!

Если ребенок отличается повышенной фантазией, его ложь безобидна и не причиняет никому вреда. Борьба с этим не нужно - такой уж склад души.

Детская лживость опасна, когда сочетается с другими серьезными нарушениями поведения - агрессивностью, инфантильностью, девиантным поведением. При этом, лживость является как бы обязательным элементом, неизменным спутником отклоняющегося поведения. Здесь она уже социально опасна и с нею нужно вести борьбу.

Под *нечестностью* будем понимать преднамеренную ложь, то есть сознательное утверждение ребенком неправды или отрицания того, что есть в действительности.

Почему ребенок начинает врать? Профессор П. Экман (1988) выделил следующие *мотивы лжи*:

- ✓ желание избежать наказаний;
- ✓ стремление получить что-то, чего другими способами получить невозможно;
- ✓ желание защитить друзей от неприятностей;
- ✓ самозащита или защита другого человека;
- ✓ стремление вызвать интерес к себе;
- ✓ предотвращение неприятной ситуации;
- ✓ боязнь попасть в конфликтную ситуацию;
- ✓ защита личной жизни, своей собственности;
- ✓ стремление к превосходству над другими;
- ✓ желание казаться лучше перед теми, кто стоит выше и имеет власть.

Закрепление нечестного поведения ведет к формированию более общей особенности человека - склонности к манипулированию другими людьми с целью достижения своих конкретных целей. Именно из маленьких безобидных врунишек вырастают крупные мошенники, шулеры, авантюристы.

Родитель должен знать, что участие ребенка в любом **неблаговидном** групповом действии почти всегда толкает ребенка на ложь. Он попытается выдумать вескую причину, которая оправдала бы его поступок и одновременно разжалобила родителей.

## *Рекомендации родителям*

1. Ребенку, склонному к нечестности, следует объяснить, что не очень приятно, когда он говорит неправду, больно и обидно, когда обманывает. Нужно набраться терпения, не торопиться с порицаниями, надо дать шанс ребенку для исправления. Хвалить, поощрять его, если честно признался в содеянном.

2. Если родитель видит, что ребенку было трудно пойти на признание своей вины, смягчайте наказание.



3. Воспитывайте своих детей в духе правдивости, справедливости и мужества. Побуждайте детей смело говорить правду и мужественно переносить заслуженное наказание. Подчеркивайте уважительное отношение к смелой правдивости ребенка. Не применяйте грубых методов, вызывающих у детей чувство страха и подавленности.

4. Доверяйте детям, не обижайте их необоснованным подозрением.

5. Добивайтесь, чтобы ни один проступок ребенка, прикрываемый ложью, не оставался скрытым и безнаказанным. Тактично, но настойчиво внушайте мысль, что ложь плоха не только потому, что она не спасает, но что лживость - презренная черта человека - труса, лишаящая его права на доверие и уважение людей.

6. Не врите сами. Вы – пример для своего ребенка. Чтобы не допускать глубокого разлада ребенка с самим собой и окружающим миром, нужно постоянно поддерживать его самооценку или чувство самоценности.

Давайте еще раз вспомним, как мы можем помочь своему ребенку (*В. Сатир*):

**Безусловно принимать его.**

**Активно слушать его переживания, и потребности.**

**Бывать вместе (читать, играть, заниматься).**

**Не вмешиваться в его занятия, с которыми он справляется.**

**Помогать, когда просит.**

**Поддерживать успехи.**

**Делиться своими чувствами (значит доверять).**

**Конструктивно решать конфликты.**

**Использовать в повседневном общении приветливые фразы.** Например: Я рада тебя видеть. Хорошо, что ты пришел. Мне нравится, как ты... Я по тебе соскучилась.

**Обнимать не менее 4-х, а лучше по 8 раз в день.**

И многое другое, что подскажут вам интуиция и любовь к

вашему ребенку, незамутненные огорчениями, которые, хоть и случаются, но, вполне преодолимы.

## Проблема. Как лучше выразить любовь к ребенку?

### Контакт глаза в глаза

1. Открытый, естественный, доброжелательный взгляд *прямо в глаза ребенку* (для удовлетворения эмоциональных потребностей ребенка)

2. *Глаза родителей должны постоянно излучать нежность и любовь* (иначе ребенок не будет чувствовать, что его любят безусловно и безоговорочно).

3. Внимательнее ребенок нас слушает, *когда взрослые смотрят ему в глаза.*

4. Строгий взгляд не лучшее средство укрепить дисциплину.

5. *Исключить* сознательное уклонение от прямого контакта глаз для демонстрации своего неодобрения.

6. *Дети программируют себя по образу и подобию родителей* (если наш взгляд выражает любовь и доброжелательность, ребенок научится так же смотреть на людей, если наоборот, то ребенок приучится к такой же реакции).

### Физический контакт

1. Секрет эмоционального равновесия ребенка — любой *физический контакт* (прикоснуться к руке, обнять за плечи, погладить по голове, потрепать по волосам, шутливо потолкаться и т.д.)

2. Средства проявления внимания и физического, контакта:

а) **МАЛЬЧИК - «телячьи нежности»** (гладили, обнимали, баюкали, прижимали к груди, ласкали, целовали) - **проявление любви** - жизненно важны для мальчиков **до 8 лет.** Чем меньше мальчик, тем это важнее.

б) «Медвежьи шалости» - мужская линия поведения (возня, борьба, похлопывания по плечу, потасовки, шуточные драки) - позволяют мальчику демонстрировать растущую силу и ловкость и чувствовать мужскую поддержку отца.

3. Чем более трогательная эмоциональная память о детстве у подростка, тем крепче он будет противостоять буре и натиску тягостного периода раздирающих противостояний возмужания.

4. **ДЕВОЧКА** - внешние проявление нежности становится с годами важнее и **достигает пика в 11 лет** - когда обостряется жажда повышенного пристального внимания, нежного и любящего взгляда, эмоционального физического контакта **особенно с отцом**.

5. *Нежное проявление родительской любви* — особенно гармоничное отношение с отцом (подготовка к юности).

**Отцы!** Открыто проявляйте *свои нежные чувства*, смело идите на физический контакт - потребность в этом с возрастом усиливается и становится жизненно необходимой для полноценного эмоционального развития в 13-15 лет.

### **Пристальное внимание**

1. *Цель пристального внимания* — дать почувствовать ребенку, что он в глазах родителей самый важный человек в мире, единственный в своем роде. «Я совсем наедине с мамой (папой). Он (она) только со мной». «В эту минуту я самый главный на свете для моей мамы (моего папы)».

2. *Внимательно и сосредоточенно слушать ребенка*. Обеспечить ребенку пристальное внимание - найти время, чтобы побыть наедине с каждым ребенком; (дети страдают от недостатка внимания).

3. Когда говорит один ребенок, родители *полностью концентрируют на нем свое внимание*, ласково и доброжелательно смотрят ему в глаза, нежно дотрагиваются до него и стараются ему помочь. **Когда наступает очередь**

другого, родители переключаются на него.

*Пристальное внимание* - мощное средство постоянного пополнения эмоционального резервуара ребенка и обеспечение его полноценного развития в будущем.

### Дисциплина

1. Дисциплина не наказание.

2. *Главная и важная часть хорошей дисциплины* — дать ребенку почувствовать, что его любят!

3. *Худший враг родителей* — это **бесконтрольный взрыв эмоций и гнев**, который подрывает крепкую дисциплину детей (не надо бояться извиниться перед ребенком, когда пришли в себя после ссоры).

4. *Простить ребенка*, если он **искренне** переживает и раскаивается в своем проступке.

5. Обращаться к ребенку *с просьбами*.

6. Родители должны беречь *мощные залпы приказов* для действительно важных моментов!

7. *Наказание крайняя мера* и оно должно соответствовать проступку, возрасту ребенка:

а) *ребенок* должен знать точно, за что его наказывают (объяснить четко и ясно в чем он конкретно провинился);

б) родители должны **быть осторожны**, чтобы не причинить никакой физической травмы;

в) *после наказания* оставить ребенка одного - **дать ему выплакаться**, а потом **показать свою любовь**, чтобы заново уверить ребенка, что его, несмотря ни на что, **искренне любят!**

### *Проблема. Как найти общий язык с подростком?*

Десятиклассники, одиннадцатиклассники — это ребята, по биологической возрастной норме прошедшие

подростковый возраст и вступающие в возраст юношеской зрелости. Практически это не всегда так, и мы часто наблюдаем, что психологический возраст не соответствует биологическому.

Ситуации, когда старшеклассник еще остается подростком психологически, встречаются достаточно часто.

В чем сложность этого феномена?

Особенностями юношеского возраста являются: появление представления о себе как о взрослом, сформированность моральных суждений, самооценки и оценки своих способностей и поступков, профессиональное самоопределение и, как следствие, познавательный интерес, самоорганизация в учении.

Мы встречаем таких старшеклассников. Это ребята, которые относятся к взрослому как к наставнику, они прислушиваются к его мнению, общаются на равных, не приемлют по отношению к себе опеки и авторитаризма.

Вот портрет другого старшеклассника: он плохо владеет своими эмоциями, в его отношении к себе наблюдаются колебания от приступов самокритичности до неадекватной самоуверенности, для него общение со сверстниками важнее обучения, он сопротивляется воспитательному воздействию взрослых.

Это — портрет подросткового возраста и большей части старшеклассников. Следовательно, они ведут себя как подростки и, значит, не стоит ждать от них самостоятельности, а необходимо ее воспитывать.

### Тест

Чтобы понять, в какой возрастной категории находится ваш ребенок, задайте ему один вопрос:

**«Ты пошел в 10-й класс. Почему?»**

**Варианты ответов:**

1. Мне нравится учиться, я узнаю много нового.

2. Я согласился с доводами родителей.

3. Работа, которую я выбрал, требует высшего образования.

4. Не хотел расставаться с одноклассниками и учителями.

Нужно выбрать только один ответ.

**Если это 1-й или 3-й вариант**, то ваш ребенок психологически уже старшеклассник, и требуйте от него проявления самостоятельности, так как она должна быть у него сформирована. Не бойтесь поручать ребенку ответственные дела, не проверяйте каждый шаг, пусть отчитывается только за окончательный результат дела.

Уважайте его мнение и прислушивайтесь к его советам.

**Если ваш ребенок выбрал 2-й или 4-й ответ** — это четкий показатель несамостоятельности выбора как особенности подросткового возраста.

В данной ситуации родителю необходимо целенаправленно формировать самостоятельность в действиях ребенка, учитывая психологию подросткового возраста.

### ***Рекомендации родителям старшеклассников***

Задача подросткового возраста — осознать свой образ взрослости, понять, какой я есть, каким я хочу быть, что мне нужно для этого сделать, как мне относиться к разным жизненным ситуациям и как вести себя в них. Задача взрослого человека (родителя, воспитателя, учителя) — помочь подростку понять себя, свои особенности, осознать свои мечты и желания, а в дальнейшем и воплотить их в жизнь.

Такой взрослый станет настоящим другом, наставником, от которого подросток не отвернется, а будет постоянно

советоваться в принятии решений. Для этого нужно придерживаться всего четырех правил.

**Правило первое.** Перестаньте все время говорить, послушайте своего ребенка. Вы точно знаете, что правильно, а что ошибочно, и уверены, будто ваш ребенок должен думать точно так же и для его же пользы?

Поверьте, пока вы с уважением не отнесетесь к мыслям, суждениям, позиции своего ребенка, он не воспримет ваших советов.

Если в вашу совместную с ребенком жизнь войдет привычка беседовать, интересоваться делами друг друга, рассматривать разные точки зрения, высказываться по очереди, пытаться найти позитивное зерно в словах собеседника — будет больше уважения и к взрослому опыту жизни.

Во время бесед с родителями слышала такие высказывания: «Где мне взять столько времени? Я же работаю, да и старшеклассник очень занят».

Отвечу так: не количество времени, проведенного с ребенком, важно, а его качество. Можно в беседе за ужином обменяться своими планами, трудностями и опасениями, попросить поддержки у ребенка и дать ему совет.

**Правило второе.** Для тех родителей, чьи дети «ничего не хотят». Часто встречающаяся ситуация, когда в школу ходит с надрывом, увлекается только компьютером, про будущее не желает думать.

Поговорив с такими детьми, начинаешь думать: «он ничего не сможет», «у него ничего хорошо не получается», «он ничего не успевает». Психологический прием в таких случаях: сказать себе «стоп!». А затем проанализировать те дела, которые вашему ребенку все-таки удаются, и помочь ему разобраться со своей самооценкой. А речь в данном случае идет именно о ней.

Найдите в своем ребенке не менее десяти положительных качеств или дел, которые у него получаются хорошо (сделайте это сначала мысленно, возможно, вам будет трудно и на это уйдет не один день).

Затем ежедневно, мимоходом, в беседе упоминайте об этих качествах при ребенке.

Скажите ему самому или выскажитесь об этом при других людях в его присутствии. Говорите о нем с теплом и эмоциональной доброжелательностью, и вы заметите, что у него появится желание быть и дальше успешным в этих областях.

**Правило третье.** Отдельно поговорим об ошибках, потому что «правильное» отношение к ошибкам пока очень сложно входит в культуру.

До сих пор ошибка воспринимается как неудача. Но уже хорошо, что многие понимают — на чужих ошибках не научишься.

Приведу такой пример. Когда что-то сразу получается, человек потом редко может вспомнить, а как он это делал, память это не удерживает. А вот если сначала получалось плохо, а потом он что-то исправил и сделал хорошо, этот случай долго помнится.

Человек становится как бы специалистом, может даже рассказать другим, как справляться с такими трудностями.

Поэтому не спешите резко критиковать ребенка за «неправильные» мысли или поступки. Убедите его, а в первую очередь самих себя, что он может исправиться, разберите с ним возможные варианты действий по исправлению ошибок, дайте шанс показать себя с лучшей стороны.

**Правило четвертое.** Не всегда слушайте советы. Если вы, услышав чье-то мнение, мысленно с ним соглашаетесь, то



## *Памятка родителю от ребенка –*

**это не только своеобразный монолог ребенка, отстаивающего свои права, свой суверенитет, но еще и очевидное приглашение взрослых к диалогу**

**1.** Не балуйте меня, вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что не обязательно предоставлять мне все, что я запрашиваю. Я просто испытываю вас.

**2.** Не бойтесь быть твердыми со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить свое место.

**3.** Не полагайтесь на силу в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой. Я откликнусь с большей готовностью на ваши инициативы.

**4.** Не будьте непоследовательными. Это сбивает меня с толку и заставляет упорнее пытаться во всех случаях оставить последнее слово за собой.

**5.** Не давайте обещаний, которых вы не можете выполнить. Это поколеблет мою веру в вас.

**6.** Не поддавайтесь на мои провокации, когда я говорю или делаю что-то только за тем, чтобы просто расстроить вас. А то затем я попытаюсь достичь еще больших «побед».

**7.** Не расстраивайтесь слишком сильно, когда я говорю: «Я вас ненавижу». Я не имею буквально это в виду. Я просто хочу, чтоб вы пожалели о том, что сделали мне.

**8.** Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле. Я отыграюсь на вас за это, став «плаксой» и «нытиком».

**9.** Не делайте для меня и за меня то, что я в состоянии сделать для себя сам. Я могу продолжать использовать вас в качестве прислуги.

**10.** Не позволяйте моим «дурным» привычкам привлекать ко мне чрезмерную долю вашего внимания. Это только вдохновит меня на продолжение их.

**11.** Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей. Я обращаю гораздо больше внимания на ваше замечание, если вы скажете мне все спокойно с глазу на глаз.

**12.** Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта. По некоторым объективным причинам мой слух притупляется в это время, а мое желание сотрудничать с нами становится намного слабее. Будет нормально, если вы предпримите определенные шаги, но поговорите со мной об этом несколько позднее.

**13.** Не пытайтесь читать мне наставления и нотации. Вы будете удивлены, открыв, как великолепно я знаю, что такое хорошо и что такое плохо.

**14.** Не заставляйте меня чувствовать, что мои поступки - смертный грех. Я должен научиться делать ошибки, не ощущая, что я ни на что не годен.

**15.** Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня. Если вы будете это делать, я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.

**16.** Не требуйте от меня объяснений, зачем я это сделал. Я иногда и сам не знаю, почему поступаю так, а не иначе.

**17.** Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Будучи запутан, я легко превращаюсь в лжеца.

**18.** Не забывайте, что я люблю экспериментировать. Таким образом я познаю мир, поэтому, пожалуйста, смириться с этим.

**19.** Не защищайте меня от последствий собственных ошибок. Я учусь на собственном опыте.

**20.** Не обращайтесь слишком много внимания на мои маленькие хвори. Я могу получать удовольствие от плохого самочувствия, если это привлекает ко мне чересчур много внимания.

**21.** Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю откровенные вопросы. Если вы не будете на них отвечать, вы увидите, что я вообще перестану задавать вам вопросы и буду искать информацию где-то на стороне.

**22.** Не отвечайте на глупые и бессмысленные вопросы. Если вы будете это делать, то вскоре обнаружите, что я просто хочу, чтобы вы постоянно мной занимались.

**23.** Никогда даже и не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы. Это дает мне ощущение тщетности попыток сравняться с вами.

**24.** Не беспокойтесь, что мы проводим вместе слишком мало времени. Значение имеет то, как мы его проводим.

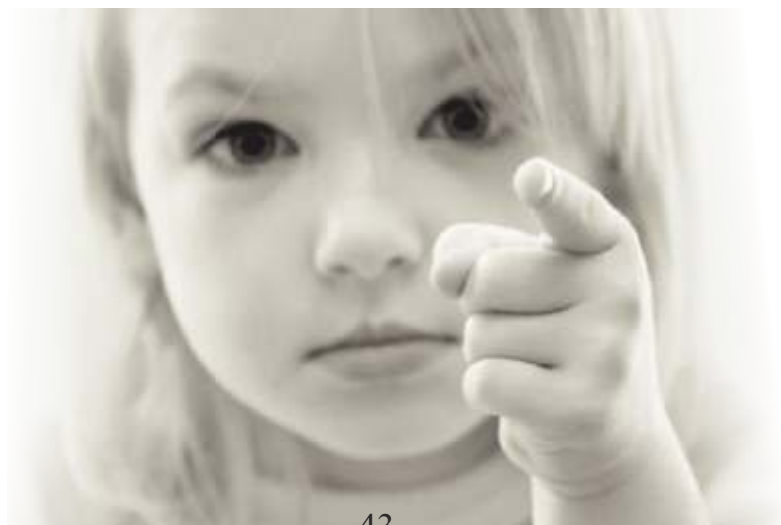
**25.** Пусть мои страхи и опасения не вызывают у вас беспокойство. Иначе я буду бояться еще больше. Покажите мне, что такое мужество.

**26.** Не забывайте, что я не могу успешно развиваться без понимания и одобрения, но похвала, когда она честно заслужена, иногда все же забывается. А нагоняй, кажется, никогда.

**27.** Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям. Тогда я тоже стану вашим другом.

**28.** Запомните, что я учусь, больше подражая примерам, а не подвергаясь критике.

**29.** И, кроме того, я вас люблю, пожалуйста, ответьте мне любовью тоже.



3

*Рекомендации  
педагогов  
краткие  
разработки  
родительских  
собраний*

# *Тема: «Склонности и интересы подростков в выборе профессии»*

9 класс

**Профессия — это тягость, переходящая в радость**

**Цели:**

✓ показать родителям значение раннего определения профессиональных склонностей и способностей девятиклассников.

✓ сформировать у родителей понимание значения самостоятельного выбора будущей профессии подростками.

**Форма работы:** круглый стол

## *Памятка для учащихся и родителей по выбору профессии*

**Уважаемые папы и мамы!**

**Выбор профессии – важное и ответственное дело.**

**Выбирая профессию, нужно учитывать в первую очередь интересы ребенка, его склонности, способности, желания и только потом семейные традиции и интересы.**

1. Дайте своему ребенку право выбора будущей профессии.

2. Обсуждайте вместе с ним возможные «за» и «против» выбранной им профессии.

3. Рассматривайте выбор будущей профессии не только с позиции материальной выгоды, но и с позиции морального удовлетворения.

4. Учитывайте в выборе будущей профессии личностные качества своего ребенка, которые необходимы в данной специальности.

5. Если возникают разногласия в выборе профессии, используйте возможность посоветоваться со специалистами - консультантами.

6. Не давите на своего ребенка в выборе профессии, иначе это может обернуться стойкими конфликтами.

7. Поддерживайте ребенка, если у него есть терпение и желание, чтобы его мечта сбылась.

8. Если ваш ребенок ошибся в выборе, не корите его за это. Ошибку можно исправить.

9. Если ваш ребенок рано увлекся какой-то профессией, дайте ему возможность поддерживать этот интерес с помощью литературы, занятия в кружках и так далее.

10. Помните, что дети перенимают традиции отношения к профессии своих родителей!

## ***Тема: «Здоровье - залог успешности и молодости»***

### ***Цели:***

✓ выявить представление родителей о значимости физического состояния ребёнка для будущего жизнеутверждения, для развития его нравственных качеств и душевных сил, для профессионального становления;

✓ актуализировать проблему формирования ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья детей.

***Форма работы:*** деловая игра

## ***Памятка «Пять советов родителям о здоровье детей»***

1. При появлении первых характерных признаков заболеваний, рекомендуется сразу обращаться к специалисту в данной области медицины.

2. Если у ребенка плохой аппетит, часто возникает тошнота, рвота, нарушения стула (запор, жидкий стул), боли в животе (до еды, после еды), следует обратиться за квалифицированной помощью к врачу-гастроэнтерологу.

3. Постоянно обращайтесь внимание на осанку ребенка:

при ходьбе он сутулится, у него одно плечо ниже другого, лопатки сильно выступают при выпрямленной спине; сидя на стуле, он заметно прогибается в ту или иную сторону, пытается часто менять позу, низко наклоняется (почти ложится) во время рисования и т.п. — обследование состояния позвоночника должен произвести специалист-ортопед.

4. Не забывайте о необходимости обязательных профилактических осмотров вашего ребенка следующими специалистами: эндокринологом, хирургом, стоматологом, кардиологом, логопедом.

5. Любите своего ребёнка и предъявляйте ему адекватные требования!

## *Тема: «О детском одиночестве» (5 класс)*

**Цель:** пропаганда опыта успешного семейного воспитания, профилактика неверных действий по отношению к своему сыну или дочери со стороны родителей

**Форма проведения:** диспут

### *Памятка для родителей*

1. Помните, что ваша семья и ваш ребенок - это самая большая ценность вашей жизни!

2. Не думайте о том, что семья никуда от вас не денется, не оставляйте ее в списке своих «больших и важных» дел на «потом».

3. Внятно и доступно объясните своему ребенку, почему вы вынуждены работать с утра до ночи.

4. Познакомьте ребенка со своей работой. Пусть он почувствует, насколько важно и значимо ваше присутствие для многих людей, работающих вместе с вами.

**5.** Рассказывайте ребенку о своих успехах и достижениях, демонстрируйте ему свою успешность.

**6.** Сделайте так, чтобы ваше общение с ребенком после возвращения домой было максимально интенсивным.

**7.** Не переносите ваши рабочие неурядицы на общение с собственным ребенком.

**8.** Старайтесь сделать вашу беседу с ребенком эмоциональной в положительном плане.

**9.** Интересуйтесь не только отметками в дневнике, постарайтесь оценить и узнать его душевное состояние, впечатления от прожитого дня, от общения с друзьями и сверстниками.

**10.** Если есть немного свободного времени, потратьте его на то, чтобы познакомиться и пообщаться с его друзьями и товарищами.

**11.** Не тратьте вечера на телевизор, необязательные телефонные звонки, уборки и стирки, лучше обнимите своего ребенка и пошепчитесь с ним о самом важном, дорогом и сокровенном и для него, и для вас!

**12.** Изучайте своего ребенка, знакомьтесь с его внутренним миром вовремя, бойтесь опоздать!

**13.** Не покупайте своего ребенка подарками за позднее возвращение домой; пройдет немного времени, и он будет ждать не вас, а подарок.

**14.** Не обрывайте своего ребенка на полуслове, не спешите не выслушать его.

**15.** Не отталкивайте и не отмахивайтесь от него, дайте ему возможность обнять вас, прижаться к вам. Это дает ему эмоциональный заряд на новый день, новые встречи, дает ощущение счастья и уверенности в завтрашнем дне. Не лишайте ребенка этого ощущения!

**16.** Помните! Лишая своего ребенка радости общения с вами сегодня, вы лишаете себя общения с ними в старости!



## *Тема: «Поощрение и наказание детей в семье»*

**Цель:** формирование у родителей культуры поощрения и наказания ребёнка в семье

**Форма:** родительский ринг

### *Памятка родителям*

#### **Простые советы родителям**

1. Помните, что ребенок не состоит сплошь из недостатков, слабостей, неудач. Достоинства есть у ребенка сейчас, надо уметь их увидеть.

2. Не скупитесь на похвалу. Хвалить надо исполнителя, а критиковать только исполнение. Хвалить персонально, а критиковать как можно более безразлично.

3. Всякое повышение требований к ребёнку надо начинать с похвалы, даже авансом.

4. Ставьте перед ребенком достижимые цели.

5. Вместо приказаний ребёнку следует просить у него совета или помощи, как у равного или старшего.

6. Позволения учат детей гораздо лучше, чем запреты.

7. При необходимости наказания, помните, что не стоит дважды наказывать за одни и те же ошибки. Ребенок должен понимать, за что и почему его наказывают.

8. Надо убедить себя, что в большинстве случаев замечания, одергивания, требования просто не нужны.

9. Любой ребенок заслуживает любви и уважения: ценность в нем самом!

## *Тема: «Проблема компьютерной зависимости»*

**Цель:** сформировать у родителей необходимость профилактики Интернет-зависимости у детей

**Форма:** круглый стол

### *Памятка родителям*

1. Ограничьте количество времени, которое дети могут проводить в Интернете. Убедитесь, что ребенок пользуется Сетью во время, отведенное домашнему заданию, для учебы, а не для развлечений. Вместе с ребенком составьте подробный план с указанием, на что тратится время, проводимое за компьютером. Это поможет сократить время на бездумное обновление странички одноклассников в ожидании нового сообщения, чтение новостей ради самого процесса чтения и т.д.

2. Не ставьте компьютер в комнате ребенка. Установите компьютер в гостиной или в своей комнате – там, где вы сможете легко контролировать то, что ваш ребенок делает в Интернете. С помощью современных мобильных телефонов можно подключиться к Сети для общения, игр и просмотра сайтов. Неважно, с помощью какого устройства ребенок будет уходить в виртуальный мир. Важно не допустить, чтобы виртуальная реальность стала для него домом.

3. Выясните, что ваш ребенок любит делать в Интернете. Некоторые онлайн-игры, в которых действие происходит в фантастических мирах с тысячами игроков по всему миру, например, World of Warcraft, действительно увлекают. Известны случаи, когда взрослые люди достигали крайней степени истощения, не в силах оторваться от любимой игры, не говоря уже о таких «мелочах», как разводы, потеря работы и т.д. Кроме того, во многих играх, чтобы добиться успеха, нужно не только проводить в игре много часов в день,

необходимо также вкладывать в своего персонажа реальные деньги, обменивая их на игровую валюту. Не получив денег на игру от родителей, ребенок может пойти на обман или воровство.

4. Некоторые дети имеют склонность к Интернет-зависимости, например, дети с рассеянным вниманием, подверженные депрессии, тревоге, находящиеся в социальной изоляции. Таких детей нужно обязательно контролировать.

5. Не подавайте детям плохой пример. Не проводите слишком много времени у компьютера, не берите с собой за город ноутбук или планшет. Активный отдых всей семьей поможет ребенку переключиться на реальную жизнь. Займите ребенка другими вещами, настольными или спортивными играми. Найдите ему занятие по душе. Тогда Интернет станет подспорьем в учебе, вспомогательным средством поиска информации и общения, а не способом ухода от реальности и бегства от проблем.

## ***Тема: «Что делать, если у ребёнка проблемы с дисциплиной»***

**Цель:** изучение точек зрения родителей по решению проблемных ситуаций, связанных с воспитанием детей в семье.

### ***Задачи:***

1. Рассмотреть положительные моменты воспитательного воздействия родителей на ребёнка

2. Расширить представление родителей о значимости эмоциональной составляющей детско-родительских отношений.

3. Совершенствовать взаимоотношение родителей с педагогом, расширить сферу их совместной деятельности.

**Форма проведения:** родительский ринг

## *Советы родителям*

**1.** Будьте последовательны в выборе методов улучшения дисциплины ребенка и в методах его наказания.

**2.** Ребенок должен научиться понимать, что есть предсказуемые последствия всех его действий.

**3.** Думайте наперед. Будьте готовы к тому, что собираетесь делать и говорить, чтобы помочь ребенку понять последствия его действий.

**4.** Не сдавайтесь, когда ребенок хнычет, плачет или в приступе гнева. Если вы это сделаете, то он будет использовать это поведение, чтобы добиться своего.

**5.** Учитесь игнорировать незначительные, безвредные и неважные проявления непослушания, такие как нетерпение.

**6.** Немедленно наказывайте и поощряйте ребенка. Не ждите несколько минут – за это время поведение ребенка может измениться, и ваша реакция будет уже неактуальна.

**7.** Не повторяйте указания. Необходимо дать команду и , если она не выполняется, можете повторить ее еще раз, но сказать о последствиях за ее невыполнение. Если указание по-прежнему не выполняется, нужно перейти к последствиям. Не повторяйте задание несколько раз.

**8.** Действуйте по обстоятельствам, особенно со старшими детьми и подростками. Слушайте и принимайте во внимание некоторые изменения правил и форм наказания, предложенные ребенком.

**9.** После применения дисциплинарных мер, необходимо объяснить правила поведения – чего именно вы ожидали от ребенка, в чем именно он повел себя неправильно и как нужно вести себя в следующий раз.

**10.** Поощряйте словом и делом за малейшие успехи.

## ***Тема: «Если поведение ребенка агрессивное в школе и дома... Пути решения данной проблемы»***

**Цель:** определить причины агрессии и современные проблемы агрессивных детей

**Форма проведения родительского собрания:** беседа

**Методические рекомендации родителям при агрессивном поведении ребенка**

1. Важно проявление со стороны родителей безусловной любви к ребенку в любой ситуации. Нельзя допускать высказываний типа: «Если ты себя так поведешь..., то мама с папой тебя больше любить не будут!». Если ребенок просит вас пообщаться с ним, уделить ему внимание, а вы в данный момент не можете этого сделать, не отмахивайтесь, тем более не раздражайтесь за его назойливость. Лучше объясните, почему в данный момент вы выполнить просьбу не можете. И еще один важный момент — не надо откупаться от ребенка дорогими вещами, подарками и т.п.

2. Ни в коем случае нельзя подавлять проявление агрессии ребенком. Попробуйте научить ребенка выражать свои враждебные чувства социально приемлемым способом: в рисунке, в спорте или действиях безобидных для окружающих (можно завести специальную «сердитую подушку» для снятия стресса — если ребенок чувствует раздражение, пусть поколотит ее). Покажите, что о своих ощущениях можно говорить, не обязательно сразу драться. Ребенок постепенно сможет на словах объяснить вам, что он обижен, а не станет пытаться привлечь ваше внимание «ужасным» поведением.

3. Если ребенок злится, кричит, бросается на вас с кулаками — обнимите его, прижмите к себе. Постепенно он успокоится, придет в себя. Кроме того, такие объятия выполняют несколько важных функций: для ребенка это означает, что вы способны вынести его агрессию, следовательно, агрессия может быть сдержана таким образом. Позже, когда он успокоится, вы можете поговорить с ним о его чувствах. Не читайте нравоучения, просто дайте понять, что готовы его выслушать, когда ему плохо.

4. Беседовать с ребенком о его поступке надо без свидетелей (одноклассников, родственников, друзей и др.), при беседе старайтесь использовать меньше эмоциональных слов.

5. Покажите ребенку неэффективность агрессивного поведения. Объясните ему, что даже если вначале он и достигнет для себя выгоды, например, отнимет у товарища понравившуюся ему вещь, то впоследствии с ним никто из детей не захочет общаться и он останется в гордом одиночестве.

6. Не забывайте хвалить ребенка за старательность. Когда он ведет себя должным образом, сделайте все, чтобы закрепить эти усилия. Скажите: «Мне нравится, как ты поступил», «Ты доставил мне огромное удовольствие, когда поделился со своим младшим братом, вместо того чтобы драться с ним».

7. Родители, если не хотят, чтобы их дети были драчунами и забияками, должны контролировать собственные агрессивные импульсы. Надо всегда помнить, что дети учатся приемам общения с другими людьми, прежде всего путем наблюдения за поведением окружающих (в первую очередь родителей).

## ***Тема: «Привитие интереса к чтению у младших школьников»***

***Цель:*** Содействовать воспитанию любви к чтению у младших школьников и их родителей

***Форма работы:*** круглый стол

### ***Памятка для родителей***

**1. Чтение – это важно (5 причин, по которым надо читать книги).**

- ✓ Чтение содействует успешному освоению грамотного письма детьми.
- ✓ Читая книги, ребенок обогащает словарный запас, развивает память и воображение.
- ✓ Ребенок учится сопереживать, развивается эмоционально.
- ✓ Общение с книгой выступает мощным источником развития.

- ✓ Успешность ребенка в учебе находится в прямой зависимости от его начитанности.

## **2. Читать книги нужно всей семьей (5 причин, по которым читать книги нужно всей семьей)**

- ✓ Семейное чтение способствует привитию ребенку любви к чтению без принуждения.
- ✓ Совместное чтение и обсуждение прочитанной книги укрепляет семейные связи (Если ребенок никогда не видел маму и папу с книгой в руках, то откуда же у него родится любовь к чтению?).
- ✓ Чтение ребенком книги вслух для всей семьи улучшает у него технику и скорость чтения.
- ✓ Ребенок может спросить взрослого о непонятых местах в книге, задать вопросы по прочитанному (это также повышает у ребенка авторитет родителей).
- ✓ Семейное чтение позволяет взрослому участвовать в жизни ребенка, познать мир его интересов.

## **3. Как стать родителем читающего ребёнка?**

- ✓ Подавайте ребенку пример, читая книги, газеты, журналы.
- ✓ Читайте с ребёнком каждый день.

## ***Тема: «Как возникают психические зависимости. Профилактика интернет-зависимости от социальных сетей»***

**Цель:** профилактика возникновения психических зависимостей, в том числе – компьютерной и ознакомление с приемами снижения уже возникшей компьютерной зависимости.

## *Памятка для родителей*

**Правило 1.** Внимательно относитесь к действиям ваших детей в «мировой паутине»:

- ✓ не отправляйте детей в «свободное плавание» по Сети. Старайтесь активно участвовать в общении ребенка с Интернетом, особенно на этапе освоения;
- ✓ беседуйте с ребенком о том, что нового для себя он узнает с помощью Интернета и как вовремя предупредить угрозы.

**Правило 2.** Информировать ребенка о возможностях и опасностях, которые несет в себе Сеть:

- ✓ расскажите ему, что в Интернете, как и в жизни, встречаются и «хорошие», и «плохие» люди. Объясните, что если он столкнется с негативом или насилием от другого пользователя Интернет, ему нужно сообщить об этом близким людям;
- ✓ научите ребенка искать нужную ему информацию и проверять ее, в том числе с вашей помощью;
- ✓ научите ребенка внимательно относиться к скачиванию платной информации и получению платных услуг из Интернета, особенно путем отправки SMS, – во избежание потери денег;
- ✓ сформируйте список полезных, интересных, безопасных ресурсов, которыми может пользоваться ваш ребенок, и посоветуйте их использовать.

**Правило 3.** Выберите удобную форму контроля пребывания ребенка в Сети:

- ✓ установите на компьютер программы родительского контроля (либо воспользуйтесь встроенными в Windows инструментами), а также антивирус;



- ✓ если ваш ребенок – учащийся младших классов и остается часто дома один, ограничьте время его пребывания в Интернете;
- ✓ если компьютер используется всеми членами семьи, установите его в месте, доступном для всех членов семьи, а не в комнате ребенка;
- ✓ создавайте разные учетные записи на Вашем компьютере для взрослых и детей. Это поможет не только обезопасить ребенка, но и сохранить Ваши личные данные;
- ✓ регулярно отслеживайте ресурсы, которые посещает ваш ребенок. Простые настройки компьютера позволят вам быть в курсе того, какую информацию просматривал подросток.

**Правило 4.** Регулярно повышайте уровень компьютерной грамотности, чтобы знать, как обеспечить безопасность детей:

- ✓ используйте удобные возможности повышения уровня компьютерной и Интернет грамотности, например, посещение курсов, чтение специальной литературы, консультации с экспертами;
- ✓ знакомьте всех членов семьи с базовыми принципами безопасной работы на компьютере и в Интернете.

***Тема: «Культурные ценности семьи, которые вы хотели бы передать в будущую семью своего ребенка»***

**Цель:** формирование у родителей и учащихся класса представления о семейных ценностях.

**Форма:** круглый стол.

**По итогам родительского собрания были сделаны выводы, которые остались в уме и сердце каждого родителя:**

1. Семейные традиции – это обычаи, неписанные правила поведения, которые передаются от старшего поколения к младшему.

2. Во всех семейных традициях есть свой смысл, они укрепляют семью, учат быть ответственными, заботливыми, внимательными.

3. Хорошая традиция – узнавать о своих предках, составлять свою родословную, генеалогическое древо. Эти знания используются и на уроках обществознания, английского языка и некоторых других школьных предметах.

4. Даже короткие тренировки с папой могут перерасти в традицию принимать участие в семейном спортивном клубе «Мама, папа, я – спортивная семья». Это создаст Вам приподнятое, даже праздничное настроение на весь день.

5. Во время семейных посиделок или проведения торжества важный момент – подготовка к празднику, частью такого праздника может стать семейный концерт, домашний спектакль. Этот опыт можно использовать в проводимых в школе совместных мероприятиях – хор, спектакль и т.д.

6. Если в Вашей семье мало семейных традиций, их можно создавать, а те, которые имеются, необходимо беречь, хранить, чтобы передать в будущую семью своих детей, ведь именно традиции являются той «изюминкой», которая отличает все семьи друг от друга.

## ***Тема: «Возрастные личностные особенности подростков и причины подростковой агрессии»***

### ***Цели:***

- ✓ познакомить родителей с возрастными личностными особенностями подростка и причинами подростковой агрессии;
- ✓ дать рекомендации родителям по предупреждению детской агрессии.

***Форма проведения:*** информационный лекторий

### **Рекомендации родителям по профилактике агрессивного поведения детей**

1. Формировать круг интересов детей, учитывая особенности характера и способностей. Привлечение к положительно формирующим личность занятиям: чтению, музыке, спорту и т.д. (младший школьный возраст).

2. Развитие ребенка осуществляется в деятельности. Необходимо создать возможность подростку реализовать и утвердить себя на уровне взрослых (средний школьный возраст). Это различные виды социально признаваемой деятельности – трудовая, спортивная, художественная, организаторская и т.д.

3. Избегайте применения силы в ответ на агрессивное поведение детей.

Важно признать необходимость поиска путей решения. Например, “Я вижу, это действительно важно для тебя. Мы вместе все обсудим. Я тебе помогу”.

4. Старайтесь отмечать положительные и интересные стороны своего ребенка, не концентрируйте свое внимание только на отрицательных моментах.

5. Прислушивайтесь к чувствам детей, поощряя их откровенность. Не используйте эту информацию для

наказания. Взрослый сам должен уметь описать и выразить свое эмоциональное состояние. Для детей важно, что их чувства уважают и они естественны: злиться может любой человек.

6. Задача родителей – направить энергию агрессии в другое русло. Это может быть какая-либо работа или возможность порвать бумагу, сломать палку, побаловаться подушками.

7. Чтобы пройти трудный возраст, необходимо приложить максимум терпения, любви, нежности, понимания, признания прав и свобод подростка, но в тоже время не давайте ему сесть Вам на шею. Разговаривайте с ним на равных, будьте его другом, помните, если Вы сейчас отдалитесь от него, сблизиться потом будет крайне трудно.

## ***Тема: «Реализация инклюзивного образования в школе»***

*«Если я чем-то не похож на тебя,  
я этим вовсе не оскорбляю тебя,  
а, напротив, одаряю!»*

*Антуан де Сент-Экзюпери*

**Цель:** погружение родителей в проблему инклюзивного воспитания и образования

### ***Задачи:***

- ✓ ознакомление родителей с понятием «инклюзивное воспитание и образование»;
- ✓ ознакомление родителей с основными условиями реализации инклюзивного воспитания и образования;
- ✓ изучение отношения родителей к инклюзивному обучению;
- ✓ сплочение родительского коллектива.

**Форма поведения собрания:** круглый стол с использованием метода PMI (Plus-Minus-Interesting).

## **Инклюзивное образование**

Специально организованный образовательный процесс, обеспечивающий ребенку с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья) обучение в среде сверстников в общеобразовательном учреждении по стандартам программы с учетом его особых образовательных потребностей.

Признает, что все дети могут учиться. Работает над улучшением образовательных структур, систем и методик для обеспечения потребностей *всех* детей. Является частью большой стратегии по созданию инклюзивного общества. Является динамичным процессом, который постоянно в развитии. Предоставляет возможность получения образовательного и социального опыта ребенка с ограниченными возможностями здоровья вместе со сверстниками.

### **Что дает инклюзивное образование?**

- ✓ Новый социальный подход к инвалидности.
- ✓ Приветствует разнообразие.
- ✓ Рассматривает различие между людьми как ресурс, не как проблему.
- ✓ Личностное развитие и социальные навыки.
- ✓ Развитие самостоятельности и самоопределения.
- ✓ Развивает равные права и возможности вместо дискриминации.

### **Памятка - рекомендация «Инклюзивное воспитание и образование»**

- ✓ Каждый имеет право принадлежать к обществу и быть его частью.
- ✓ Каждый имеет право на образование и обучение в течение жизни.
- ✓ Каждый имеет право на дружбу и значимые отношения.

- ✓ Каждый имеет право на полноценную жизнь.
- ✓ Ценность человека не зависит от его способностей и достижений.
- ✓ Каждый человек способен чувствовать и думать.
- ✓ Каждый человек имеет право на общение, имеет право высказываться и на то, чтобы быть услышанным.
- ✓ Все люди нуждаются друг в друге.
- ✓ Подлинное образование может осуществляться только в контексте реальных взаимоотношений.
- ✓ Все люди нуждаются в поддержке и дружбе ровесников.
- ✓ Для всех обучающихся достижение прогресса скорее может быть в том, что они могут делать, чем в том, что не могут.
- ✓ Разнообразие усиливает все стороны жизни.

### **Анкета для родителей**

Уважаемые родители! В связи с введением инклюзивного образования важно знать Ваше мнение по данной проблеме.

**1. Выберите из нижеприведенных высказываний одно, с которым Вы согласны:**

- а) дети с ОВЗ – обычные дети, они должны жить среди нас полноценной жизнью и учиться в обычном классе;
- б) я не против того, чтобы дети с ОВЗ посещали общественные мероприятия, ездили в транспорте, но не хочу, чтобы они учились с моим ребенком в одном классе;
- в) для детей с ОВЗ надо создать отдельные условия учебы.

**2. Как Вы поступите, если в классе, в котором учится Ваш ребенок, появится или уже обучается ребенок с ОВЗ?**

- а) сделаю вид, что ничего не случилось, советовать ребенку ничего не буду;
- б) ситуация вызовет у меня некоторую обеспокоенность,

я постараюсь сформировать у своего ребенка положительное отношение к ребенку с ОВЗ;

- в) я постараюсь перевести своего ребенка в другой класс;
- г) затрудняюсь ответить, как поступлю.

**3. Задумывались ли Вы над вопросом: чем Вы можете помочь ребенку-инвалиду, оказавшись с ним рядом?**

- а) да, задумывался, хотел бы оказать материальную помощь ребенку-инвалиду;
- б) в зависимости от ситуации постарался бы оказать психологическую поддержку ребенку-инвалиду;
- в) помощь детям-инвалидам – забота государства;
- г) затрудняюсь ответить

**4. Считаете ли Вы целесообразным открыто говорить о проблемах детей с ОВЗ?**

- а) да, так как тогда отношения между людьми будут более откровенными;
- б) да, чтобы знать, как вести себя в коллективе, где есть подобный ребенок;
- в) нет, потому что данная проблема меня не волнует;
- г) затрудняюсь ответить.

**5. Обсуждали ли Вы со своим ребенком проблему взаимоотношений с детьми с ОВЗ?**

- а) да;
- б) нет.

**6. Какую точку зрения на проблему взаимоотношений с детьми с ОВЗ Вы прививаете своему ребенку?**

- а) детей с ОВЗ нельзя обижать;
- б) детям с ОВЗ нужно помогать и общаться с ними;
- в) стараться не вступать с детьми-инвалидами в контакт.

**7. Готовы ли Вы помогать учителям в организации совместных мероприятий с детьми с ОВЗ?**

- а) да, готов;
- б) нет, не готов;
- в) затрудняюсь ответить.

**8. Оцените степень Вашей готовности к принятию ребенка с ОВЗ в класс Вашего ребенка:**

а) да, готов, дети с ОВЗ должны быть окружены вниманием, совместное обучение со здоровыми детьми им необходимо;

б) да, готов, это может быть полезно для воспитания человечности и терпимости моего ребенка;

в) не возражаю, но должна быть продумана система совместной работы детей на уроке;

г) мне это безразлично;

д) не хотелось бы, чтобы мой ребенок обучался совместно с детьми с ОВЗ.

**9. Какие положительные моменты, для обычных детей, по Вашему мнению, возникнут в процессе общения с особенными детьми:**

а) здоровый ребенок станет добрее;

б) здоровый ребенок научится помогать другим;

в) здоровый ребенок получит опыт сочувствия, сострадания;

г) здоровый ребенок научится быть терпимым;

д) это сблизит педагогов и детей;

е) это расширит представления здорового ребенка о жизни общества.

*Мы благодарим вас за участие в анкетировании и желаем Вам успехов в воспитании Ваших детей!*

***Тема: «Умеете ли вы любить своего ребенка»***

***Цель собрания:*** помочь родителям проанализировать свое родительское поведение, заострить внимание на положительных моментах воспитания ребенка, формах проявления любви к ребенку.



## **Формулу успешности родители выводят самостоятельно, опираясь на заповеди родителей:**

1. Не думай, что ребенок твой – он Божий.
2. Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты, или таким, как ты хочешь. Помоги ему стать не тобой, а собой.
3. Не требуй от ребенка платы за все, что ты делаешь: ты дал ему жизнь – как он может тебя отблагодарить? Он даст жизнь другому: это необратимый закон благодарности.
4. Не вымещай на ребенке свои обиды: что посеешь, то и взойдет.
5. Не относись к его проблемам свысока.
6. Не унижай!
7. Не мучь себя, если не можешь что-то сделать для своего ребенка, мучь, если можешь, но не делаешь.
8. Помни, для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.
9. Умей любить чужого ребенка. Не делай чужому то, что не хотел бы, чтобы другие сделали твоему.
10. Люби своего ребенка любым: не талантливый, неудачный, взрослым; общаясь с ним, радуйся, потому что ребенок, это праздник, который пока с тобой.

### ***Любимые мамы и папы!***

- ✓ Помните, что мы - самое дорогое и ценное, что у вас есть.
- ✓ Берегите нас, ваших детей, любите нас.
- ✓ Относитесь к нам, как к своим друзьям, тогда мы тоже станем вашими друзьями.
- ✓ Прислушивайтесь к нашему мнению, советуйтесь с нами, доверяйте нам. Нам порой не хватает понимания, вашего участия в решении наших проблем.


✓ Станьте внимательнее и ласковее, не кричите на нас.

✓ Поверьте: мы очень вас любим, нам хочется больше времени проводить с вами, видеть вас в хорошем настроении.

**Тема:** «Что такое федеральный государственный стандарт образования?»

**Цель:** познакомить родителей с особенностями федерального государственного стандарта образования

## Памятка для родителей




**Что является отличительной особенностью нового Стандарта?**

Стандарты первого поколения	Стандарты второго поколения
Формировать, давать знания	Развивать умения

**Целью школы становятся не только знания, но и умения:**

- ставить цель и добиваться ее;
- самостоятельно добывать и применять знания;
- составлять план своих действий и самостоятельно оценивать их последствия;
- задавать вопросы;
- ясно выражать свои мысли;
- заботиться о других, быть нравственным человеком
- сохранять и укреплять своё здоровье

**В информационном обществе главными стали не знания, а умения ими пользоваться!**





## Так учили

1. **Учитель** проверяет Д/з. **Ученик** «выучил – пересказал».
2. **Учитель** объявляет новую тему.
3. **Учитель** объясняет новую тему («сиди и слушай!»).
4. **Учитель** проверяет, как поняли («повтори!»).

## Так будут учить

1. **Ученики** сами вспоминают знания, которые пригодятся.
2. **Учитель** создает ситуацию. **Ученики** называют тему, вопрос.
3. **Ученики** сами открывают новые знания (в диалоге с **учителем**, в учебнике).
4. **Ученики** делают вывод по теме.

## Меняется и роль родителей



**Не заставляйте ребенка заучивать учебник и искать готовые ответы!**



**Текст нужно понять и уметь использовать!**



## Так учили

В учебнике всегда есть один правильный ответ!

В учебнике излагается одна «правильная» точка зрения.

## Так будут учить

Часто в учебнике нет готового ответа, его надо создать самим, опираясь на текст.

Почти на любой творческий вопрос может быть несколько правильных ответов.

## Роль родителей



**Нельзя останавливать ребенка словами: «Мал еще, взрослые лучше знают!»**



**Поддержите ребенка, если он высказывает и аргументирует свою точку зрения.**



## Так учили

«Успешный ученик тот – кто читает весь учебник и выполняет все задания – «от корки до корки».

## Так будут учить

Задания и тексты в учебнике даны с избытком – для выбора.

На контрольных спрашивается только малая часть того, что есть в учебнике.

### Роль родителей



**Не требуйте, чтобы ребенок читал и выполнял все, что есть в учебнике!**



**Нужно учиться выбирать главное и интересное!**



## Так учили

«Если не успел что-то сделать на уроке – дома с родителями разберешься».

## Так будут учить

Домашнее задание – это способ развития самостоятельности.

### Роль родителей



**Не надо делать за ребенка домашнее задание и другие дела, которые он может сделать сам.**



**Поддержите стремление ребенка быть самостоятельным.**

4

*Родителям  
о безопасности*

**любите  
и беречь**





## Памятка для детей по безопасному поведению в Интернете

1. Когда ты регистрируешься на сайтах, не указывай личную информацию (номер мобильного телефона, адрес места жительства и другие данные).
2. Используй веб-камеру только при общении с друзьями. Проследи, чтобы посторонние люди не имели возможности видеть ваш разговор. Научись самостоятельно включать и выключать веб-камеру.
3. Ты должен знать, что если ты публикуешь фото или видео в интернете — каждый может посмотреть их.
4. Не публикуй фотографии, на которых изображены другие люди. Делай это только с их согласия.
5. Публикуй только такую информацию, о публикации которой не пожалеешь.
6. Нежелательные письма от незнакомых людей называются «Спам». Если ты получил такое письмо, не отвечай на него. Если ты ответишь на подобное письмо, отправитель будет знать, что ты пользуешься своим электронным почтовым ящиком, и будет продолжать посылать тебе спам.
7. Если тебе пришло сообщение с незнакомого адреса, его лучше не открывать. Подобные письма могут содержать вирусы.

8. Не добавляй незнакомых людей в свой контакт-лист в ICQ.
9. Если тебе приходят письма с неприятным или оскорбляющим тебя содержанием, если кто-то ведет себя в твоём отношении неподобающим образом, сообщи об этом взрослым.
10. Если человек, с которым ты познакомился в интернете, предлагает тебе встретиться в реальной жизни, то предупреди его, что придешь навстречу со взрослым. Если твой виртуальный друг действительно тот, за кого он себя выдает, он нормально отнесется к твоей заботе о собственной безопасности.
11. Если у тебя возникли вопросы или проблемы при работе в онлайн-среде, обязательно расскажи об этом кому-нибудь, кому ты доверяешь. Твои родители или другие взрослые могут помочь или дать хороший совет о том, что тебе делать. Любую проблему можно решить!
12. Подобные вещи лучше предупреждать, поэтому, ребята, познакомьтесь с сайтами "Интернешка"  
<http://www.interneshka.net/children/index.phtml/и>  
"Дружественный рунет" <http://www.friendlyrunet.ru/safety>, где подробно расписаны правила безопасного интернета для детей разных возрастов: от младших до старших классов.
13. Адрес игры "Через дикий лес интернета"  
<http://www.wildwebwoods.org/popup.php?lang=ru/>. Эта игра рассказывает самым маленьким пользователям о правилах поведения в интернете.



# Памятка для детей о том, как себя вести с незнакомыми людьми.

## Правило пяти "нельзя"

- ✓ **Нельзя разговаривать с незнакомцами и впускать их в квартиру!**
- ✓ **Нельзя заходить с незнакомцем в лифт и подъезд!**
- ✓ **Нельзя садиться в автомобиль к незнакомцам!**
- ✓ **Нельзя принимать от незнакомых людей подарки и соглашаться на их предложение пойти с ними!**
- ✓ **Нельзя задерживаться на улице после школы, особенно с наступлением темноты!**

А если незнакомец просто просит показать нужную улицу или поднести сумку, проводить к магазину?

Всё равно скажи - **НЕТ!**

Объясни, как найти улицу, и ни в коем случае не поддавайся на уговоры проводить. И даже если незнакомец говорит, что он знакомый твоих родителей, которого они к тебе прислали, нужно сказать, что родители не предупреждали, и ни в коем случае, никуда не провожать.

**В каких ситуациях всегда отвечать «НЕТ!»:**

Если тебе предлагают зайти в гости или подвезти до дома, пусть даже это соседи.

Если за тобой в школу или другое детское учреждение пришёл посторонний, а родители не предупреждали об этом заранее.

Если в отсутствие родителей пришёл малознакомый человек, впускать его в квартиру или идти с ним куда-то.

Если незнакомец угощает чем-нибудь с целью познакомиться и провести с тобой время.

На все уговоры пойти куда-нибудь в уединённое место (строящееся здание, подвал или квартиру), чтобы



посмотреть что-то или поиграть, надо ответить «Нет!», даже если очень интересно.

Но как быть, если взрослый очень настойчив? Если он говорит тебе: «Я думал, что ты уже большой, а тебе, оказывается, мама не разрешает!»

Ответ один - «НЕТ!» Придя, домой, надо обязательно рассказать взрослым об этом человеке.

**ЧТО нужно знать, чтобы не стать жертвой?**

Если у тебя появилось хоть малейшее сомнение в человеке, который находится рядом, или тебя что-то насторожило, то лучше отойти и пропустить этого человека вперед.

Если человек не отстаёт от тебя, подойди к любому дому и сделай вид, что это твой дом, помаши рукой и позови родственников, которых как будто видишь в окне.

Если тебя спрашивают, как найти улицу, объясни, как дойти, но ни в коем случае не провожай.

Если тебя пытаются уговорить, отвечай, что тебе надо пойти домой и предупредить родителей, рассказать им, куда и с кем отправляешься.

Если незнакомец предлагает тебе посмотреть что-то или помочь донести сумку, обещая заплатить, отвечай «Нет!».

Если тебе предложили сниматься в кино, участвовать в интересном конкурсе или телепередаче, не соглашайся, а спроси, когда и куда можно подойти вместе с родителями.

Если рядом с тобой тормозит автомобиль, как можно дальше отойди и ни в коем случае не садись в него.

**ГДЕ преступники могут поджидать своих жертв?  
В ЛИФТЕ!**

Входи в лифт, только убедившись, что на площадке нет постороннего, который вслед за тобой зайдёт в кабину.

Если в вызванном лифте уже находится незнакомый человек, не входи в кабину.

Если незнакомец всё-таки зашёл в лифт, повернись к нему лицом и наблюдай за его действиями.

Если почувствовал опасность, нажимай кнопку

ближайшего этажа.

Если двери лифта открылись, выскочи на площадку, позови жильцов дома на помощь.

Оказавшись в безопасности, немедленно позвони в полицию, сообщи, что произошло, точный адрес, а также приметы и направление, куда ушёл нападавший.

А если всё-таки вырваться не удалось, надо действовать по обстоятельствам:

Если насильник зажимает тебе рот и снимает одежду, не угрожай ему рассказать все родителям или полиции, не плачь, сохраняй спокойствие, постарайся вовлечь насильника в разговор.

Если насильник прижимает тебя к себе, не отталкивай его, обними и сильно укуси за нос или губу.

Если можешь - защищайся любыми способами, если представилась возможность бежать, не собирай вещи, убегай, как есть.

### **В ПОДЪЕЗДЕ!**

Подходя к дому, обрати внимание, не идёт ли кто-либо следом.

Если кто-то идёт - не подходи к подъезду. Погуляй на улице 15-20 минут, и, если незнакомец продолжает идти следом, расскажи о нём любому повстречавшемуся взрослому, идущему навстречу.

Если в доме есть домофон, перед входом в подъезд вызови свою квартиру и попроси родителей встретить.

Если незнакомец уже находится в подъезде, сразу же выйди на улицу и дождись, когда в подъезд войдёт кто-то из взрослых жильцов дома.

Не выходи на лестницу в позднее время. Мусор лучше выносить утром.

При внезапном нападении оцени ситуацию и по возможности убегай или защищайся любым способом.

### **В ЧУЖОМ АВТОМОБИЛЕ!**

Автомобиль также может стать орудием преступника. Надо чётко знать, что садиться в чужой автомобиль нельзя, даже

если за рулём или в салоне сидит женщина.

### **Правила поведения в автомобиле.**

Постарайся не добираться на попутной машине, лучше воспользоваться услугами такси, которое вызвано через диспетчера.

Если всё же добираться на попутном автомобиле или остановленном на улице такси, попроси провожающих записать номер, марку. Не садись в автомобиль с тёмными стеклами, а также в автомобиль, в котором уже сидят пассажиры.

Если у тебя есть сотовый телефон, постарайся постоянно разговаривать с родственниками (знакомыми) и сообщать маршрут передвижения.

Если поведение водителя тебе неприятно, кажется странным или опасным, попроси остановить автомобиль.

Если просьба не выполнена и автомобиль не остановлен, то открой дверь или постарайся разбить окно, то есть сделай всё, чтобы привлечь к автомобилю внимание других водителей.

Не соглашайся на предложение водителя взять попутчиков, а если он настаивает, попроси проехать чуть дальше и выйди из машины.

### **НА УЛИЦЕ!**

Если к тебе пристаёт незнакомец:

Скажи, что торопишься и не можешь разговаривать.

Если человек не отстаёт от тебя, постарайся выйти к проезжей части и подойти к людям, ни в коем случае не заходи в тихие дворы, а тем более - в чужие подъезды. Если у тебя с собой сотовый телефон, позвони родителям или знакомым, громко скажи, где ты находишься, и попроси встретить.

Не жди, когда он тебя схватит.

Если можешь, брось что-нибудь в лицо нападающему (например, портфель, мешок с обувью или просто горсть мелочи), чтобы на некоторое время привести его в замешательство и отвлечь.

Убегай в сторону, где много людей.

Используй любые подсобные средства: ручку, расчёску или ключи (вонзи в лицо, в ногу или руку нападающего); любой аэрозоль (направь струю в глаза); каблук (сильно топни каблуком по ноге нападающего).

Дерись изо всех сил, не размахивай беспорядочно руками. Надо причинить нападающему максимальную боль.

Как только он ослабит хватку - убегай.

Если нападающих несколько (а так всегда и бывает) - не позволяйте зажать себя в кольцо.

Громко кричи «помогите», чтобы привлечь внимание. Люди при таких криках могут помочь, или позвонить в полицию.

Если тебе зажимают рот рукой, сильно укуси за руку.

Если тебя пытаются окружить - беги к дороге, если ты окажешься на дороге - автомобили вынуждены будут остановиться, а водитель может помочь отогнать обидчиков. Главное - не прыгнуть под колеса.

Правила поведения на улице

Идя вдоль дороги, выбирай маршрут так, чтобы идти навстречу транспорту.

Если приходится идти вечером в одиночку, шагай быстро и уверенно и не показывай страха; можно подойти к женщине, которая вызывает доверие, или к пожилой паре и идти рядом с ними.

В автобусе, троллейбусе, трамвае садись ближе к водителю и выходи из вагона в последний момент, не показывая заранее, что следующая остановка твоя.

Не голосуй на дороге и не отвечай на предложение подвезти или на просьбу.

Ни в коем случае не садись в автомобиль, чтобы показать дорогу.

Не ходи в отдалённые и безлюдные места.

Иди по улице в тёмное время в группе людей, вышедшей из автобуса, электропоезда.

Увидев впереди подозрительную группу людей или пьяного, лучше перейди на другую сторону улицы или

измени маршрут.

Если рядом с тобой остановился автомобиль, как можно дальше отойди от него (могут силой усадить и увезти) и ни в коем случае не разговаривай с людьми в автомобиле, а тем более не соглашайся сесть в него.

Если автомобиль начинает медленно двигаться рядом, отойди от него и перейди на другую сторону.

Всегда предупреждай родственников о том, куда идёшь, и проси их встретить в вечернее время.

В школу или из школы желательно ходить группой.

### **Правила поведения в своём доме.**

Нельзя впускать в квартиру незнакомого человека!!!

Если без вызова пришел сантехник или электрик, прежде чем его впустить, позвони в диспетчерскую, обслуживающую ваш дом и наведи справки или позвони родителям.

Перед тем как открыть дверь, обязательно посмотри в дверной глазок. Впускай в квартиру только хорошо знакомых людей.

Покидая квартиру, также посмотри в глазок. Если на лестничной площадке есть незнакомые люди, подожди, пока они уйдут.

Даже, если ты покидаешь квартиру на очень короткое время, обязательно закрой дверь на ключ.

Прежде чем открывать ключом входную дверь, убедись, что поблизости никого нет.

Если с почты принесли посылку, телеграмму или счёт, то за них нужно расписаться, что могут сделать только взрослые. То же самое касается и электрика и водопроводчика. Даже если у вас дома вдруг внезапно погас свет или прорвало трубу, можно позвонить родителям, и узнать, как поступить. В крайнем случае, можно спросить у соседей, которые давно знакомы.

Если, возвращаясь домой, ты чувствуешь, что тебя преследуют, не заходи в дом, а вернись в многолюдное место,

и попроси помощи или позвони, чтобы тебя встретили.

### **ЧТО нужно знать девочкам-подросткам**

Девочкам-подросткам, которые начинают интенсивно общаться со сверстниками, бывать в молодежных компаниях и приобретают первый опыт интимных отношений, должны быть готовы к тому, что их сочтут достаточно взрослыми для того, чтобы интимные отношения не остановились лишь на невинных поцелуях.

Нужно помнить, что большинство сексуальных нападений совершается не примитивными незнакомцами с внешностью преступника, а приятелями, знакомыми и даже родственниками. Половина изнасилований происходит не в тёмной аллее парка или неосвещённом подъезде, а дома у жертвы, или в гостях.

Отправляясь в гости к малознакомому молодому человеку или на вечеринку в большую компанию, необходимо помнить следующие правила поведения:

В огромном количестве случаев одно только согласие девушки пойти в ресторан расценивается, как понимание, к чему идёт дело и знак согласия на это. Последующее сопротивление воспринимается просто как игра.

Если возникает неудобное чувство, не надо стесняться своей осторожности. Необходимо уйти или твёрдо заявить о своем отношении к ситуации, вообще сказать решительное однозначное «НЕТ!».

С самого начала ясно обозначь границы возможных взаимоотношений. Это главный принцип защиты от изнасилования.

Если давление продолжается, не бойся шума или скандала. Например, на вечеринке - несколько минут смущения лучше риска изнасилования. А вообще, в большую компанию безопасно идти лишь с надёжными друзьями, не терять друг друга из вида и вместе уходить.

Помни, что пьяному человеку труднее сориентироваться в ситуации и предотвратить насилие в отношении себя.

С малознакомыми людьми и на большой вечеринке надо всегда оставаться трезвой.

Держись вместе с близкими друзьями или поближе к хорошим знакомым.

### **Основные правила безопасного поведения, которые родители должны привить своим детям**

#### **Дети не должны:**

знакомиться на улице с посторонними людьми, говорить незнакомым людям свой домашний адрес и телефон, гулять в непредназначенных для этого местах, гулять в отдаленные места без сопровождения взрослого и хорошо знакомого Вам человека, приносить домой чужие вещи, даже если они утверждают, что просто нашли их на улице.

### **Основные правила, соблюдение которых усилит безопасность ваших детей**

Даже если Вы живете в своем районе не первый год, регулярно обходите окрестные дворы и смотрите, где гуляют Ваши дети и чем они там занимаются. Интересуйтесь у своего ребёнка, в каком именно месте он гуляет, и периодически проверяйте, что он находится именно там.

Не стесняйтесь требовать от структур, обслуживающих Ваши домовые территории, обеспечения безопасности детей. В вечернее время суток во дворах не должно быть «тёмных углов». Вся территория должна быть хорошо освещена. Если детская площадка имеет ограждение, в нём всегда должно быть две калитки, чтобы у ребёнка всегда была дополнительная возможность покинуть площадку в случае возникновения опасности.

Не стесняйтесь знакомиться с родителями знакомых Ваших детей, даже если это Вам неприятно. Обменяйтесь с ними телефонными номерами. Всегда имейте эти номера под рукой, а так же номера ближайшего отделения милиции и Вашего участкового инспектора. Проинструктируйте своего

ребёнка, куда следует обращаться в случае возникновения опасности. Сообщите ему телефон ближайшего отделения полиции и вашего участкового.

Если ребёнок еще мал (10-14 лет), но у него уже есть мобильный телефон, периодически проверяйте сохраненные в телефоне SMS-сообщения, а также его записную книжку на предмет появления в ней подозрительных контактов. Поинтересуйтесь у мобильного оператора, который обслуживает телефонный номер Вашего ребёнка, о наличии у него услуги «определение местоположения абонента». Если такая услуга есть, подключите к ней мобильный телефон ребёнка.

Если ребёнок сообщил Вам, что он записался в кружок, клуб по интересам, или компьютерный клуб, не поленитесь посетить это заведение. Поинтересуйтесь, кто руководит этим клубом, кто следит в нём за порядком, графиком работы заведения и наличием соответствующих лицензий. Внимательно осмотрите клуб. Если обнаружите «курилку» (что не редкость, например, для компьютерных клубов), это повод задуматься о целесообразности посещения такого заведения Вашим ребёнком. Помните, что если заведение Вам не понравится, Вы имеете полное право запретить своему ребёнку его посещать, а так же потребовать от охраны заведения не пускать туда Вашего ребёнка.

Если Вы отдаете ребёнка в какое-либо детское учреждение (кружок, секция и пр.), не стесняйтесь интересоваться, кто будет работать с детьми. Вы имеете полное право потребовать документальные подтверждения профессиональной пригодности педагогов и поинтересоваться у руководителя заведения их прошлым. Не стесняйтесь разговаривать с ребёнком о его педагогах. Если ребёнок не сможет внятно описать свое отношение к педагогу или вообще не захочет разговаривать на эту тему, обсудите этот вопрос с родителями других детей. Если ответы других детей будут аналогичны -



это повод для беспокойства.

Особенное внимание уделяйте этим вопросам при отъезде детей в летние лагеря отдыха. Очень часто водителями и воспитателями устраиваются работать лица без педагогических навыков. Выясните у детей не только, чем они занимаются в течение дня, но и как именно это происходит.

### **Если у вашего ребёнка появился взрослый друг**

Если у ребёнка появился взрослый друг, деликатно выясните что это за человек, при каких обстоятельствах произошло знакомство, и что именно их связывает. Вполне возможно, что ребёнок просто заинтересован чем-то, о чём Вы не подозреваете. Ни в коем случае не стоит пытаться разрешить сложившуюся ситуацию, если она Вам не нравится, радикальными методами. Помните, что никакие запретительные меры воздействия не помогут. Они только осложнят Ваши семейные отношения. Лучше подумайте, почему это произошло и чего не хватает ребёнку. Обязательно познакомьтесь с этим человеком, узнайте, где и кем он работает, и кто ещё входит в круг его общения. Если человек представляется работником детского учреждения, обязательно убедитесь в этом. При малейших подозрениях на криминал, обратитесь в полицию.

### **Если вы что-то заподозрили**

Передвигаясь по городу, присматривайтесь к местам скопления детей (подростков): кафе, игровые площадки, развлекательные центры. Если Вы заметите подозрительных людей (не похожих по поведению на родителей) общающихся с детьми, потратьте полчаса своего личного времени, и попытайтесь понять, что происходит на самом деле. Если возникла уверенность, что происходит процесс совращения и человек уводит ребёнка (это может быть заметно по поведению), обратитесь на это внимание ближайшего полицейского или службы безопасности заведения.

### **Это важно помнить:**

Уважайте своего ребёнка, не делайте сами и не позволяйте другим заставлять ребёнка делать что-то против его воли.

Если Вы знаете, что ребёнок соседей подвергается насилию, избиению со стороны родителей, немедленно сообщите об этом в полицию.

Если ребёнок говорит матери о нездоровом интересе к нему её мужа (сожителя), нужно прислушаться к его словам, поговорить с мужем, не оставлять ребёнка один на один с ним, и если отношения зашли слишком далеко, расстаться с этим человеком, нет ничего дороже счастья собственного ребёнка.

Отец должен поговорить обо всех интересующих сына вопросах относительно половой жизни, объяснить, как предохраняться.

Мать должна объяснить девочке, как ей вести себя с противоположным полом, о средствах контрацепции.

Если Вы заметили странность в поведении ребёнка, поговорите с ним, что его беспокоит. В разговоре с мальчиком лучше участвовать отцу, без присутствия матери.

### **Телефоны «горячих линий», по которым можно обратиться за помощью**

**123 – горячая линия «Дети в опасности»** Следственного комитета РФ для детей, подвергающихся опасности (круглосуточно, звонок бесплатный).

**112 – единый телефон «Службы спасения»** для всех мобильных операторов. В экстренных случаях звоните со своего мобильного телефона. Операторы примут Вашу информацию и передадут в соответствующую оперативную службу.

**Социальный телефон: 8-800-100-22-42** (звонок бесплатный, в будние дни с 9.00 до 18.00).

**Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и родителей: 8-800-2000-122** (круглосуточно, звонок бесплатный, анонимный).

## ПАМЯТКА ЛЕСНЫЕ ПОЖАРЫ

Причиной лесных пожаров в 88-98% является **ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФАКТОР** и только в 2-12% - метеорологический фактор (удар молнии, самовозгорание в засуху)

### **В лесу запрещается:**

- ✓ бросать непотушенные спички и окурки;
- ✓ оставлять бутылки или осколки стекла;
- ✓ выжигать траву, а также стерню на полях;
- ✓ разводить костры

(в пожароопасный сезон);

✓ оставлять в лесу промасленные или пропитанные бензином тряпки;

✓ въезжать в лес на машинах без искрогасителя и с неисправной системой топливопитания;



### **Правила безопасного тушения небольшого пожара в лесу:**

- 1) почувствовав запах дыма, определите, что и где горит;
- 2) отойдите в безопасное место;
- 3) приняв решение тушить небольшой пожар, пошлите за помощью в населенный пункт;
- 4) при небольшом пожаре заливайте огонь водой из ближайшего водоема или засыпайте землей;
- 5) сметайте пламя 1,5-2 метровым пучком из веток лиственных деревьев, мокрой одеждой, плотной тканью;
- 6) небольшой огонь на земле затопытайте, не давайте ему перекинуться на деревья;
- 7) не уходите пока не убедитесь, что огонь потушен.

### **Если вы оказались в очаге пожара:**

- ✓ предупредите всех находящихся поблизости людей;
- ✓ определите направление ветра;
- ✓ покидая опасную зону, выходите в наветренную сторону на дорогу, широкую просеку, к водоему;
- ✓ если нет открытых участков, выходите по участку лиственного леса, в отличие от хвойного возгорается не сразу и горит слабо;
- ✓ дышите через мокрый платок или смоченную одежду;
- ✓ для преодоления нехватки кислорода пригнитесь к земле;

**Единый телефон спасения 01 Звонки с мобильного 112**

# ДЕЙСТВИЯ ПРИ ЛЕСНЫХ ПОЖАРАХ

До 80% пожаров возникают из-за нарушения населением мер пожарной безопасности при обращении с огнём в местах труда и отдыха. Низовые пожары составляют 90% от их общего количества.

## ХАРАКТЕРИСТИКА ЛЕСНЫХ ПОЖАРОВ

	СЛАБЫЕ	СРЕДНИЕ	СИЛЬНЫЕ
Низовые	до 1 м/мин до 0,5 м	1 — 2 м/мин до 1,5 м	3 м/мин более 1,5 м
Подземные	до 3 м/мин до 25 см	до 100 см	более 200 см
Верховые	до 3 м/мин	100 м/мин	более 100 м/мин



Закапывание крошки пожара — самый простой и доступный эффективный способ тушения



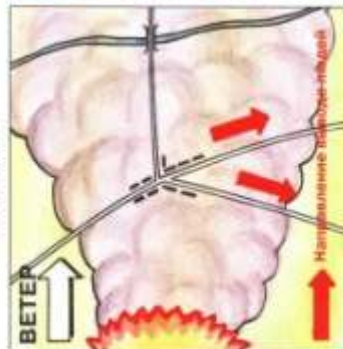
Забрасывание огня рыльцами граблей повышает эффективность борьбы с пожарами



Для прекращения распространения огня следует устраивать земляные полосы



При приближении огня к населённой местности следует эвакуировать жителей, необходимо эвакуировать



Выходить и выносить людей следует в направлении, перпендикулярном распространению огня



В лесостепных случаях следует избегать не только не лесов, а чаще кустов, рощ, кустов и лиственных или мох

## Памятка «Действия при лесных пожарах»

Лесной пожар – это неконтролируемое горение растительности, стихийно распространяющееся по лесной территории.

### Выход из леса:

- ✓ определив направления ветра и распространения огня, бегите из леса навстречу ветру по возможности параллельно фронту пожара.
- ✓ **В зоне пожара:**
- ✓ окунитесь в ближайшем водоёме или смочите одежду;
- ✓ дышите через мокрый платок, прикрыв рот и нос;
- ✓ пригнувшись, бегите по возможности перпендикулярно направлению движения огня;
- ✓ при преодолении кромки огня используйте дороги, ручьи, реки, озёра.
- ✓ **Если вы обнаружили возгорание, то необходимо:**
- ✓ засыпать огонь землёй, залить водой;
- ✓ пучком 1,5-2 м еловых веток «смести» пламя «вбивая» его в землю;
- ✓ небольшое возгорание можно затоптать;
- ✓ потушив пожар, не уходите, не убедившись, что огонь не разгорится.

**Находясь в лесу – соблюдайте требования пожарной безопасности!**

### ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- ✓ разводить костры в хвойных молодняках, в местах вырубок, в местах с подсохшей травой, а также под кронами деревьев;
- ✓ бросать горящие спички, окурки, горячую золу, стекло (стеклянные бутылки, банки и др.);
- ✓ при охоте использовать пыжи из горючих или тлеющих материалов;
- ✓ оставлять промасленные или пропитанные бензином, керосином или иными горючими веществами материалы в не предусмотренном специально для этого местах;
- ✓ заправлять горючим топливные баки двигателей внутреннего сгорания при работе двигателя, использовать машины с неисправной системой питания двигателя;
- ✓ выжигать траву на участках, непосредственно примыкающих к лесу без постоянного наблюдения;
- ✓ сжигать мусор на не отведённых для этого местах.
- ✓ **При обнаружении лесных пожаров немедленно уведомить о них органы местного самоуправления.**
- ✓ Принимать меры по тушению лесного пожара своими силами до прибытия сил пожаротушения.



**ЭТО НЕОБХОДИМО**

**ЗНАТЬ И УМЕТЬ!**

## **АВАРИИ НА АВТОМОБИЛЬНОМ ТРАНСПОРТЕ**

### **ПРИЧИНЫ ДТП:**

незнание или нарушение правил дорожного движения;  
превышение скорости;  
вождение транспортного средства в нетрезвом состоянии;  
неисправность транспортного средства;  
плохое состояние дороги;  
переход проезжей части дороги в неустановленном месте;  
наезд на пешехода;  
неумение ориентироваться в сложной дорожной обстановке;  
неблагоприятные погодные условия: туман, гололед, дождь, снегопад.



### **Правила поведения**

#### **Если вы попали в аварию:**

сохраняйте самообладание в любой ситуации;  
пассажиры должны быстро сгруппироваться, лечь на пол или сидение, защитить голову руками, накрыть детей своим телом, напрячь мышцы;  
покиньте автомобиль только после полной его остановки;

после аварии быстро оцените обстановку, положение транспортного средства, наличие факторов опасности;

определите степень травмирования и состояние всех участников ДТП;

постарайтесь самостоятельно выбраться из автомобиля и помочь всем пострадавшим покинуть его. В случае невозможности это сделать успокойтесь, не делайте резких движений, примите оптимальную позу, позовите на помощь, ждите спасателей;

покиньте автомобиль через двери, окна, люки;

отойдите на безопасное расстояние от места аварии;

вызовите сотрудников ГИБДД, спасателей, пожарных, медиков;

окажите помощь пострадавшим;



при возникновении пожара постарайтесь погасить огонь под ручными средствами или вызвать специалистов;

сохраните все следы аварии до прибытия сотрудников ГИБДД;

при падении автомобиля в воду постарайтесь его покинуть, двери можно открыть после полного погружения автомобиля под воду;

если вас сбивает автомобиль и избежать этого уже нельзя, то необходимо прыгнуть на его капот или лобовое стекло и защитить голову руками.



**Единый телефон спасения – 112**



## ЭТО НЕОБХОДИМО

## ЗНАТЬ И УМЕТЬ!

### АВАРИЯ НА ВОЗДУШНОМ ТРАНСПОРТЕ

Авиационные аварии и катастрофы возможны по многим причинам. К тяжелым последствиям приводят разрушения отдельных конструкций самолета, отказ двигателей, нарушение работы систем управления, электропитания, связи, плотирования, недостаток топлива, перебор в жизнеобеспечении экипажа и пассажиров.

#### КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ДЕКОМПРЕССИИ



**ДЕКОМПРЕССИЯ** – это разрежение воздуха в салоне самолета при нарушении его герметичности. Быстрая декомпрессия обычно начинается с оглушительного рева (уходит воздух). Салон наполняется пылью и туманом. Резко снижается видимость. Из легкого человека быстро выходит воздух, и его нельзя задержать. Одновременно могут возникнуть звон в ушах и боли в кишечнике.

В этом случае, не дожидаясь команды, **немедленно**

**наденьте кислородную маску.** Не пытайтесь оказать кому-либо помощь до того, как сами наденете маску, даже если это Ваш ребенок: если Вы не успеете помочь себе и потеряете сознание, вы оба окажетесь без кислорода. Сразу же после надевания маски пристегните ремни безопасности и подготовьтесь к резкому снижению.

#### КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ПОЖАРЕ НА САМОЛЕТЕ

Помните, что в случае пожара на борту самолета наибольшую опасность представляет дым, а не огонь. Дышите только через хлопчатобумажные или шерстяные элементы одежды, по возможности, смоченные водой. Пробираясь к выходу, двигайтесь пригнувшись или на четвереньках, так как внизу салона запыленность меньше. Защитите открытые участки тела от прямого воздействия огня, используя имеющуюся одежду, пледы и т.д. После приземления и остановки самолета немедленно направляйтесь к ближайшему выходу, так как высока вероятность взрыва. Если проход завален, пробирайтесь через кресла, опуская их спинки.



При эвакуации избегайте от ручной клади и избегайте выхода через люки, вблизи которых имеется открытый огонь или сильная запыленность.

После выхода из самолета удалитесь от него как можно дальше и лягте на землю, прижав голову руками – возможен взрыв.

В любой ситуации действуйте без паники и решительно, это способствует Вашему спасению.

#### КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ «ЖЕСТКОЙ» ПОСАДКЕ И ПОСЛЕ НЕЕ

Перед каждым взлетом и посадкой тщательно подгоните ремень безопасности. Он должен быть плотно закреплён как можно ниже у Ваших бедер. Проверьте, нет ли у Вас над головой тяжелых чемоданов. Аварии на взлете и посадке внезапны, поэтому обращайтесь внимание на дым, резкое снижение, остановку двигателей и т.д.



Освободите карманы от острых предметов, согнитесь и плотно сцепите руки под коленками (или схватитесь за подлокотки). Голову уложите на колени или наклоните ее как можно ниже. Ноги уприте в пол, выдвинув их как можно дальше, но не под переднее кресло. В момент удара максимально напрягитесь и подготовьтесь к значительной перегрузке. Ни при каких обстоятельствах не покидайте своего места до полной остановки самолета, не поднимайте панику.

*Единый телефон спасения – 112*

## Содержимое «чемоданчика на экстренный случай»

- персональные документы;
- запас еды и воды на 2-3 дня;
- аптечка с необходимыми лично вам лекарствами;
- комплект сменной одежды;
- нож, спички, зажигалка;
- средства индивидуальной защиты (ватно-марлевая повязка, респиратор, самоспасатель, противогаз);
- спальный мешок;
- мобильный телефон с запасным зарядным аккумулятором;
- портативный радиоприемник;
- фонарик с запасными батарейками.



## СИГНАЛЫ ОПОВЕЩЕНИЯ



### ВНИМАНИЕ ВСЕМ!

Сигнал подается для предупреждения об угрозе надвигающейся опасности, применения мер личной защиты населения и о выполнении чрезвычайной ситуации маршута эвакуации. Непрерывное звучание sirens в течение 3 минут с чередованием интервалов, с использованием кода, является средством связи, предупреждающих станции и сельских средств. Дублируются при помощи гудков на предприятиях и транспорте.



### ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА!

Сигнал подается при возникновении непосредственной угрозы авиационной, космической безопасности населения может быть применен в чрезвычайных условиях. Речевое сообщение в звучании СММ дублируется при помощи 15 св. - вспышек. (5 св. - выключено) (интервал); повторившаяся угроза предприятий, транспорта, воздушной сети в течение 3 минут.



### ОТБОЙ ВОЗДУШНОЙ ТРЕВОГИ

Сигнал подается для прекращения сообщения и личного состава формирований не исполняющих или по окончании воздушной тревоги. Речевое сообщение парадокса СММ и подается на территории обслуживания населения.



### ХИМИЧЕСКОЕ НАПАДЕНИЕ

Сигнал подается в случае применения поражающих химических средств. Сигнал подается по радиотрансляционной сети и дублируется по местным частям речевым по звуковым сигналам.



### УГРОЗА РАДИОАКТИВНОГО ЗАРАЖЕНИЯ

Сигнал подается в случае, если в населенном пункте выявлено увеличение радиационного фона. Речевое сообщение об угрозе в звучании СММ. Направлено действие радиоактивного облака, ориентированное время вылета радиоактивных осадков, время, которое будет распространять население для принятия мер защиты, и необходимые радиационные и указание сообщаются в тексте объявления.



### РАДИОАКТИВНОЕ ЗАРАЖЕНИЕ

Сигнал подается в случае выявления радиационного фона. Речевое сообщение в звучании СММ. Дублируется частями по дорогам по местным средствам (вспомогательные, передвижные курсы райсов и т.п.).



### БАКТЕРИАЛЬНОЕ ЗАРАЖЕНИЕ

Сигнал подается для предупреждения населения и применения противочумной бактериальной защиты. Речевое сообщение - в звучании СММ. По этому сигналу для власти организации, предприятия, так же СММ, что и от радиационных веществ.



### УГРОЗА ЗАТОПЛЕНИЯ

Сигнал подается для предупреждения населения, района, который может оказаться в зоне катастрофического затопления при возникновении надвигающейся угрозы и эвакуации населения гидротехнических сооружений. Речевое сообщение в звучании СММ.



## ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Есть такое выражение: «Предупрежден - значит вооружен». Но можно сказать: **«Предупрежден - значит защищен»**. Именно поэтому при возникновении опасности для населения србатывает **СИСТЕМА ОПОВЕЩЕНИЯ**.

Для передачи экстренной информации используются громкоговорители, телевидение, радио, средства мобильной связи, специальные автомобили.

Понимание степени угрозы, знание **сигналов гражданской обороны** и адекватные действия по ним при угрозе чрезвычайной ситуации помогут спасти жизнь вам и вашим близким.





## Действия при получении сигнала:

- включите телевизор;
- внимательно прослушайте экстренное сообщение о порядке действий;
- перед тем, как уйти из дома отключите электричество, газ и воду;
- предупредите соседей;
- соберите документы, аптечку, средства индивидуальной защиты и предметы первой необходимости в отдельный чемодан или рюкзак и держите наготове.

Не забывайте во время эвакуации пользоваться указанным местом Агглюмерации



**01** ЕДИНЫЙ ТЕЛЕФОН СПАСЕНИЯ

ЕДИНЫЙ ТЕЛЕФОН  
ДЛЯ ВЫЗОВА ЭКСТРЕННЫХ  
СЛУЖБ С МОБИЛЬНЫХ  
ТЕЛЕФОНОВ

**101**

**СИГНАЛ  
ВНИМАНИЕ  
ВСЕМ!**

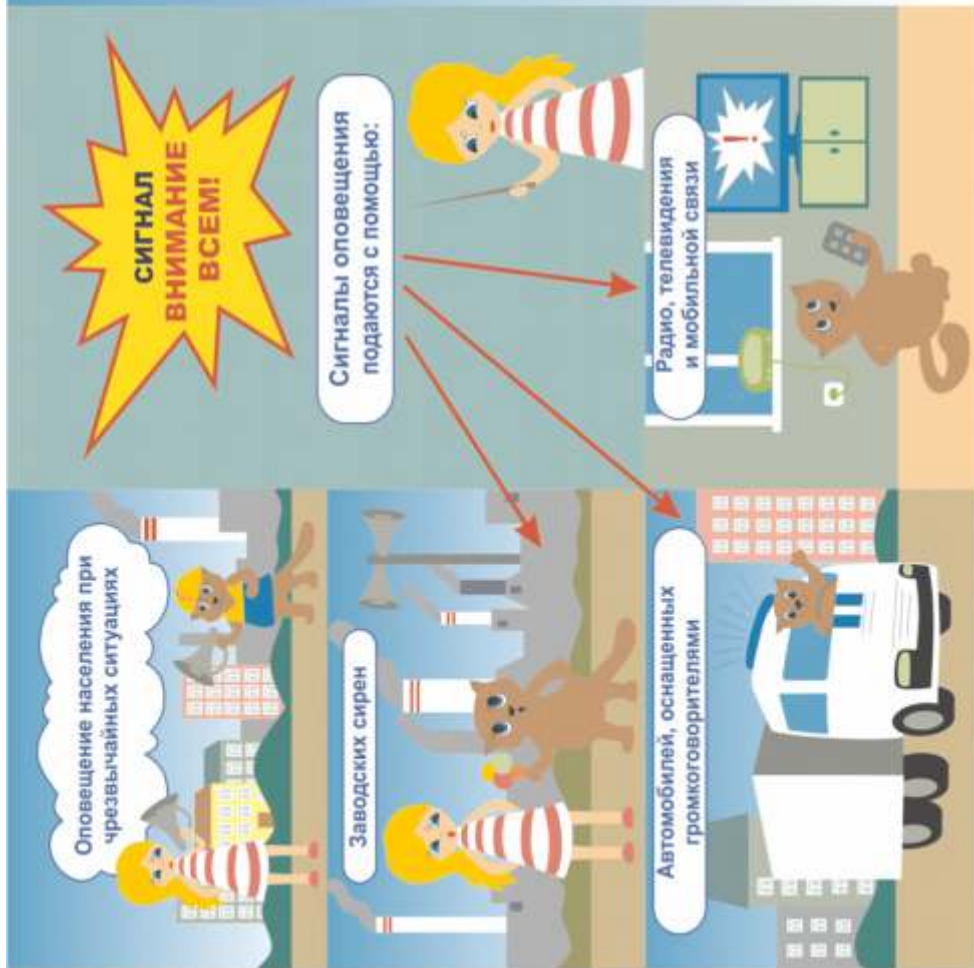
Сигналы оповещения  
подаются с помощью:

Радио, телевидения  
и мобильной связи

Автомобилей, оснащенных  
громкоговорителями

Оповещение населения при  
чрезвычайных ситуациях

Заводских сирен



# ДЛЯ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ПОЖАРА И ГИБЕЛИ ЛЮДЕЙ НЕОБХОДИМО СОБЛЮДЕНИЕ ПРАВИЛ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В БЫТУ

## ПРИ ЭКСПЛУАТАЦИИ ЭЛЕКТРОСЕТЕЙ И ЭЛЕКТРОПРИБОРОВ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- пользоваться электропроводами сплуженной изоляцией, подвешивать на них абжурки и люстры;
- пользоваться электронагревательными приборами не имеющими устройств тепловой защиты;
- применять для защиты электросетей самодельные предохранители и нагревательные электроприборы;
- допускать включение в электросеть одновременно нескольких электроприборов большой мощности;
- пользоваться в душевых и ваньных комнатах бытовыми электроприборами;
- в домах и квартирах со скрытой электропроводкой пробивать отверстия и борозды, бивать гвозди в произвольных местах стен;
- Не оставляйте включенные электроприборы без присмотра.

## ЭТО ВАЖНО ЗНАТЬ

При горении выделяются ядовитые газы. В достаточной концентрации угарный газ, чрезвычайно опасен для человеческой жизни и здоровья. Вот почему опасен не столько огонь, сколько дым и гарь от него.

### ПРИЧИНОЙ ОТРАВЛЕНИЯ МОЖЕТ СТАТЬ:

- открытая вентиль газовой плиты;
- неисправная печь или камин;
- задымление помещения при пожаре;
- автомобиль со включенным двигателем в закрытом гараже.

## ПРИ ЭКСПЛУАТАЦИИ ГАЗОВЫХ ПРИБОРОВ:

- не оставляйте работающие газовые приборы без присмотра;
- не допускайте к использованию газовыми приборами детей, а также лиц не контролирующими свои действия и не знающих правил пользования этими приборами;
- не производите самостоятельно ремонт газовых приборов;
- не храните порошки и наполненные газовые приборы в доме;
- закрывайте краны на газовых приборах и на газопроводах перед ними.

Если вы почувствовали в квартире запах газа: необходимо закрыть предвартительно рот мокрой тряпкой, перекрыть все газовые краны, открыть окна и двери. Помните: включение и выключение электроприборов крайне опасно, не пользуйтесь открытым огнем (может произойти взрыв), если произошла утечка газа, надо срочно вызвать службу газа.

## КАК ПОМОЧЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИИ УГАРНЫМ ГАЗОМ?

**Первая помощь:** пострадавшего немедленно выносите на свежий воздух, укладываете на спину, расстегиваете воротник, пояс. Лучшее средство длительное вдыхание кислорода. Потерявшему сознание дают нюхать ватку, смоченную нашатырным спиртом. В случае отсутствия дыхания делается искусственное дыхание.

## ПОМНИТЕ!

**Ваши знания и умения, правильные и грамотные действия могут сохранить жизнь**

## ПРИ ЭКСПЛУАТАЦИИ ПЕЧНОГО ОТОПЛЕНИЯ:

- проверяйте и отрегулируйте печь перед началом отопительного сезона, не пользуйтесь печами и каминами, имеющими трещины и неисправные дверцы;
- ремонт и кладку печей доверяйте только лицам и организациям, получившим специальную лицензию
- очищайте от сажи дымоходы и отопительные печи каждые три месяца;
- не применяйте для розжига печей бензин, керосин и другие легковоспламеняющиеся жидкости;
- не топите печи с открытыми дверцами;
- не перекаливайте печи
- не сушите дрова, одежду и другие материалы возле них;
- проливайте водой золу и шлак, выгребаемые из топок и удаляйте их в специально отведенное место.
- не оставляйте без присмотра топящиеся печи, а также не поручайте детям надзор за ними.

## КАК ПОМОЧЬ ПРИ ОЖОГАХ?

**Первая помощь: необходимо** обожженное место подставить под струю холодной воды, наложить чистую сухую повязку. Ни в коем случае не смазывать ожог жиром, маслом, спиртом, кремом. Дать любое обезболивающее средство, наложить теплым чаем и укроить потелее. При шоке срочно дать 20 капель настоялки валерианы.

При серьезных ожогах ваша единственная помощь пострадавшему завернуть его в чистую ткань и отправить в травмпункт.

## ВО ИЗБЕЖАНИИ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ПОЖАРА СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

- уходя из дома, убедитесь, что все электроннагревательные приборы выключены;
- не применяйте нестандартные и самодельные электроннагревательные приборы;
- не пользуйтесь поврежденными розетками;
- не оставляйте без присмотра работающие газовые приборы;
- храните спички и зажигательные приборы в местах, недоступных для детей;
- не оставляйте малолетних детей без присмотра;
- не храните дома взрывоопасные предметы и легковоспламеняющиеся жидкости;
- не загромождайте балконы и лоджии горючими материалами;
- не курите в постели;
- не пользуйтесь дома открытым огнем;
- не выбрасывайте в мусоропровод непотушенные спички, окурки;



- установите дома пожарную сигнализацию или извещатель о пожаре;
- имейте дома первичные средства пожаротушения;

## ЕСЛИ ВЫ ПОЧУВСТВОВАЛИ ЗАПАХ ГАЗА:

- перекройте все газовые краны;
- проветрите помещение;
- не включайте электроосвещение и электроприборы;
- не пользуйтесь открытым огнем (может произойти взрыв);
- вызовите аварийную службу горгаза по телефону «04»;



## В ДОМАХ С ПЕЧНЫМ ОТОПЛЕНИЕМ НЕОБХОДИМО:

- перед началом отопительного сезона проверить исправность печи (отсутствие трещин, сажи в дымоходе, обязательно побеленные и очищенные от пыли и другого горючего мусора);
- перед толкой на полу прибейте металлический лист размером 50x70 см;
- нагреваемые поверхности печей и дымооборотов не должны соприкасаться согораемыми частями дома;
- минимальное расстояние от печи до мебели – 1,25 м;
- следите за тем, чтобы дверь топки была плотно закрыта;

## ДЕЙСТВИЯ В СЛУЧАЕ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ПОЖАРА:

- **НЕ ВПАДАЙТЕ В ПАНИКУ! ВАЖНО!**
- при пожаре немедленно вызвать пожарную охрану по телефону «01» или «112» по мобильному телефону;
- сообщить точный адрес, где и что горит, этаж, подъезд, кто сообщил (вызов осуществляется бесплатно);
- организуйте встречу пожарных подразделений;
- не поддавайтесь панике и не теряйте самообладания, незначительные очаги пожара можно потушить огнетушителем, водой, кошмой или другой плотной тканью;
- примите меры по эвакуации людей и материальных ценностей;
- не допустимо бить в окна стекла и открывать двери – это приводит к дополнительному развитию пожара;
- категорически запрещается пользоваться лифтом во время пожара.

Помните!

Соблюдение правил пожарной безопасности – долг каждого гражданина. Пожар легче предупредить, чем потушить! Защищайте от огня свой дом, свою собственность!

«И, может, только жить начинаю: на пенсию перешел...» – радостно завелся старейший музыкант «Кашкулы» в Простоквашино полчишкой Печкин. И это правда. Ведь именно на пенсию человек может заниматься тем, что душе угодно. Чтобы радость бытия не ограничилась бедой, необходимо соблюдать простые правила безопасности, прежде всего пожарной.

### В КВАРТИРЕ

- Будьте осторожны с источниками открытого огня: свечами, заведенными, свечами и зажженными сигаретами.
- Не перегружайте электросети. Не оставляйте без присмотра работающую бытовую технику. Причиной неполадок в электропроводах являются: перегоревшие проводки, вилки и розетки, потрескавшиеся и искрящиеся.
- Соблюдайте меры безопасности при пользовании газовой плитой. Не используйте ее для обогрева помещений и сушки белья.
- Держите на безопасном расстоянии от источников открытого огня предметы бытовой мебели. Не разогревайте их на газовой и электроплитках.



### НА ПРИРОДЕ

□ Уходя в лес, сообщите своим близким о предполагаемом маршруте и возьмите с собой мобильный телефон. Забудьте свечки, спички и зажигалки. Если вы заблудитесь, лучшим ориентиром для выхода может служить тропинка. При дальнейшем движении по лесу обязательно оставляйте метки (веточки, заготовки ветвей) в предельно прямой видимости. Прислушайтесь к звукам: шум поезда, например, слышен за 10 км.

□ В зимнее время особенно опасность представляет тонкий лед. Безопасная толщина льда для одиночного пешехода составляет 7-10 см, для легкового автомобиля – 20-25 см.

Если вы провалились под лед, расцепите руки, чтобы не погрузиться с головой. Защищайтесь ковриком льда и попытайтесь, придав телу горизонтальное положение, забросить ногу на лед. Вторую ногу вытяните в сторону «тел». От полныи удалитесь ползком либо перевернитесь в направлении отсюда триниш.



### НА ДАЧЕ

- Не разводите на приусадебных участках и на прилегающих к ним территориях костры. Не сжигайте по всему участку траву и мусор.
- При розводе печей и каминов не используйте бензин, керосин и прочие горючие жидкости. Не кладите на открытый лист дерева. Во избежание пожара печи, не топят ее дольше двух часов. Не выбрасывайте золу, шлак и уголь вблизи строений. Следите за состоянием дымохода.
- Подключенные к плите газовые баллоны объемом более 12 литров размещайте снаружи здания в неотапливаемом и не ближе 5 метров от входа в здание. Не храните газовые баллоны в жилых помещениях, а также на чердаках и в подвалах.
- Не пользуйтесь свечами и факелами на чердаках, в подвалах и других хозяйственных помещениях.



ГКУ КК «Учебно-методический центр по гражданской обороне  
и чрезвычайным ситуациям»

**Лес народное достояние. Его надо беречь. Конец лета-самое опасное  
время для леса. Сухими как порох становятся травы, листья,  
толстый слой мха, отдельные кустарники.**

**Пришел в лес-будь его защитником. Соблюдай сам необходимые  
правила поведения в лесу и останови нарушителей.**

**В 9 случаях из 10 лесные пожары  
вызывает поведение людей!**

**БЕРЕГИТЕ ЛЕС ОТ ПОЖАРА!**

## **НЕСКОЛЬКО ПРАВИЛ ПОВЕДЕНИЯ В ЛЕСУ**

Незатушенный костер, брошенный окурок или спичка, битое стекло, горящая трава могут вызвать ЛЕСНОЙ ПОЖАР.

Не разводите костров в лесу без крайней к тому необходимости.

Не разводите костров в хвойных насаждениях, старых горельниках, на торфяниках и в местах с подсохшей травой.

Если необходимо развести в лесу костер, выбирайте место на расстоянии 10 метров от деревьев и кустов освободив грунт от мхов и лишайников, сухих веток и прочего горючего лесного хлама.

Место под костер окопайте, ширина полосы вокруг костра должна быть от 0,5 до 1,0 м.

Не уходите от костра, не затушив его полностью.

Обнаружив пламя небольших низовых пожаров примите меры к его тушению с помощью захлестывания его ветками лиственных пород, заливая водой, забрасыванием грунтом.

При тушении пожара действуйте осмотрительно, не уходите далеко от дорог и просек, не теряйте из виду других участников, поддерживайте с ними зрительную и звуковую связь.

Если потушить огонь в кратчайшее время невозможно сообщите о нем по телефону **01; 112.**

**99 П П 100 ЛЛ || аров возникают по вине человека!**

**Н А У Т Е Т , О А У У Т А У О У Е О , А , З Е Т , Н , А Н А**

Немедленно предупредите всех находящихся поблизости людей о необходимости выхода из опасной зоны.

Организуйте их выход на дорогу или просеку, широкую поляну, к берегу реки или водоема, в поле.

Выходите из опасной зоны быстро, перпендикулярно к направлению движения огня.

Если невозможно уйти от пожара, войдите в водоем или накройтесь мокрой одеждой.

Выйдя на открытое пространство или поляну дышите воздухом возле земли – там он менее задымлен, рот и нос при этом прикройте ватно-марлевой повязкой или тряпкой.

После выхода из зоны пожара сообщите о месте, размерах и характере пожара в администрацию населенного пункта, лесничество или противопожарную службу, а также местному населению.

Найдите сигналы оповещения о приближении зоны пожара к населенному пункту и принимайте участие в организации тушения пожаров.

5

*Олимпиадное  
движение*





## **Актуальные вопросы родителей**

### **Какие олимпиады дают льготы при поступлении в вузы**

Получить льготы при поступлении в вузы можно, став победителем (дипломантом 1 степени) или призером (дипломантом 2 или 3 степени) финала всероссийской олимпиады школьников, а также олимпиады из Перечня Минобрнауки России. Льготы при поступлении в вузы для олимпиадников бывают двух типов - зачисление без вступительных испытаний и получение максимального балла за ЕГЭ по предмету, соответствующему профилю олимпиады, или за дополнительное вступительное испытание, установленное вузом (дополнительный экзамен при этом сдавать не нужно).

### **О всероссийской олимпиаде школьников**

Победители или призёры заключительного этапа имеют право на поступление без вступительных испытаний в любой вуз на направление, соответствующее профилю олимпиады. При этом соотношение направления подготовки и профиля олимпиады определяет сам вуз и в обязательном порядке публикует данную информацию на своем официальном сайте в срок до 1 июня. Если победитель или призер всероссийской олимпиады школьников выбирает образовательную программу по непрофильному направлению (специальности), то по решению вуза ему засчитывается наивысший результат (100 баллов) за ЕГЭ по соответствующему предмету. Для победителей и призеров заключительного этапа всероссийской олимпиады школьников право на льготу сохраняется в течение 4-х лет.



## **Как использовать льготу при поступлении в ВУЗ**

Чтобы использовать льготу при поступлении, победители и призеры олимпиад должны набрать на ЕГЭ по предмету, соответствующему профилю олимпиады, не менее 75 баллов, однако вуз может установить и более высокую «планку».

ВУЗ может выбрать один или несколько предметов из числа профильных для олимпиады, по которому (или по которым) победители и призеры олимпиады поступающие без вступительных испытаний, должны набрать определенное количество баллов ЕГЭ. Например, если льготу дает олимпиада по экономике, вуз может определить в качестве такого предмета математику или обществознание или оба эти предмета сразу – и тот, и другой предмет соответствует профилю олимпиады. Для того чтоб воспользоваться льготой "максимальный балл за вступительное испытание", нужно "подтвердить" олимпиаду баллом ЕГЭ по предмету этого вступительного испытания. Каждый ВУЗ имеет право утвердить свой, сокращенный, список олимпиад, дающих льготы, и оставить без преимуществ победителей и призеров остальных олимпиад, входящих в Перечень Минобрнауки.

### **О дипломах победителям и призерам олимпиад из Перечня олимпиад**

Победители и призеры олимпиад из Перечня могут получить как оригинал диплома (их выдает организатор олимпиады по месту своего нахождения), так и его электронную копию. Независимо от места своего проживания победитель (призер) олимпиады из Перечня может, используя сервисы портала Российского совета олимпиад школьников, распечатать электронную копию диплома, которую охотно примет любая приемная комиссия, так как копия эквивалентна оригиналу. Если в данных, напечатанных в дипломе,

обнаружится ошибка, нужно оперативно сообщить об этом организаторам олимпиады и дождаться, пока она будет исправлена.

### **Подробно о льготах для победителей и призеров олимпиад**

Можно ли будучи дипломантом одной олимпиады из Перечня получить льготу при поступлении не в один вуз, а в несколько? Этот вопрос задают чаще других и понятно почему. По общим правилам приема абитуриент может подать документы в пять вузов и в каждом из них не более чем на 3 направления подготовки. Соответственно, льготой "засчитать максимальный балл ЕГЭ по предмету, соответствующему профилю олимпиады" можно воспользоваться не более 15 раз. Воспользоваться же льготой поступления без вступительных испытаний можно только в одном вузе и на одном направлении подготовки. Для этого вместе с дипломом победителя (призера) олимпиады туда придется подать сразу и оригинал аттестата. Исключение - случай, когда у абитуриента есть и диплом всероссийской олимпиады школьников, и диплом олимпиады из Перечня, дающий право на поступление без экзаменов. Тогда получить льготу можно в двух вузах или в двух конкурсах одного вуза: в один подается оригинал аттестата, а в другой - копия с указанием, где лежит оригинал.



## 4.2 ПЕРЕЧЕНЬ

### *олимпиад и иных конкурсных мероприятий, по итогам которых присуждаются премии для поддержки талантливой молодежи в 2016 году*

№	Наименование конкурсного мероприятия	Организатор
<b>Международные олимпиады по общеобразовательным предметам и всероссийские олимпиады</b>		
1	Всероссийская олимпиада школьников	Министерство образования и науки Российской Федерации
2	Олимпиада школьников Союзного государства "Россия и Беларусь: историческая и духовная общность"	Министерство образования и науки Российской Федерации
3.	Всероссийская олимпиада профессионального мастера обучающихся по специальностям среднего профессионального образования	Министерство образования и науки Российской Федерации
4	Всероссийская олимпиада студентов образовательных организаций высшего образования (Всероссийская студенческая олимпиада)	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Московский государственный университет дизайна и технологии"
<b>Международные и всероссийские конкурсные мероприятия в сфере социально-значимой и общественной деятельности</b>		
5	Российская национальная премия "Студент года 2016"	Общероссийская общественная организация "Российский Союз Молодежи"
6	Всероссийский конкурс, направленный на выявление, сопровождение и поддержку талантливых молодых граждан, активно участвующих в социально-экономическом развитии муниципальных образований "Молодые стратеги России"	Межрегиональная молодежная общественная организация "Центр социально-экономических инициатив "Моё отечество"
7	Всероссийский конкурс "Студенческий лидер"	Профсоюз работников народного образования и науки Российской Федерации
8	Всероссийский конкурс на лучшего лидера органа ученического самоуправления общеобразовательных организаций России	Общероссийская общественная организация "Российский Союз Молодежи"
9	Всероссийский конкурс лидеров и руководителей детских и молодежных общественных объединений "Лидер XXI века"	Федеральное агентство по делам молодежи
10	XVI Всероссийская акция "Я - гражданин России"	Министерство образования и науки Российской Федерации при поддержке Издательского дома "Учительская газета"

11	Конкурс среди детей и молодежи, в том числе инвалидов, склонных к активной деятельности на благо ребят с ограниченными возможностями здоровья на 2015-2016 учебный год	Региональная общественная организация инвалидов "Детский орден милосердия"
12	Всероссийский конкурс "Доброволец России - 2015"	Федеральное агентство по делам молодежи
13	Всероссийский конкурс "Молодой предприниматель России - 2015"	Федеральное агентство по делам молодежи
<b>В сфере научно-технического творчества и учебно-исследовательской деятельности</b>		
14	Всероссийский конкурс научно-технического творчества молодежи 2016 года	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Московский государственный машиностроительный университет (МАМИ)"
15	Всероссийский конкурс научно-технических и научно-исследовательских молодежных проектов "Молодежные инновации"	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Национальный исследовательский Московский государственный строительный университет"
16	Международный молодежный научный форум - Международная молодежная научная олимпиада "Ломоносов- 2016"	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова"
17	Всероссийское научное соревнование молодых исследователей "Шаг в будущее" в рамках Всероссийского форума научной молодежи "Шаг в будущее"	Межрегиональная общественная организация "Российское молодежное политехническое общество"
18	Всероссийский фестиваль научно-технического творчества "Технопарк юных"	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Московский государственный технологический университет "СТАНКИН"
19	Олимпиада школьников "Надежда энергетики"	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Национальный исследовательский университет "МЭИ"

20	Всероссийский конкурс региональных молодежных проектов "Система приоритетов"	Некоммерческое партнерство содействия развитию интеллектуального и творческого потенциала молодежи "Лифт в будущее"
21	Всероссийский конкурс юношеских исследовательских работ им. В.И. Вернадского	Общероссийское общественное Движение творческих педагогов "Исследователь"
22	XII Всероссийский конкурс научно исследовательских работ имени Д.И. Менделеева, обучающихся общеобразовательных организаций	- Некоммерческая организация Благотворительный фонд наследия Менделеева
23	Всероссийский фестиваль творческих открытий и инициатив "Леонардо"	Редакция журнала "Вестник образования России"
24	Межрегиональная многопрофильная олимпиада школьников "Менделеев"	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Тюменский гос. университет"
25	Олимпиады школьников Санкт -Петербургского государственного университета	Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Санкт-Петербургский государственный университет"
26	X Всероссийская открытая геологическая олимпиада "Земля и Человек"	Общероссийская Общественная организация "Российское геологическое общество"
27	Конкурс научно -исследовательских и прикладных проектов учащихся старших классов по теме охраны и восстановления водных ресурсов (Российский национальный юниорский водный конкурс)	Автономная некоммерческая организация "Институт консалтинга экологических проектов"
28	Всероссийский юниорский лесной конкурс "Подрост" ("За сохранение природы и бережное отношение к лесным богатствам")	Министерство образования и науки Российской Федерации при поддержке Федерального агентства лесного хозяйства
29	Всероссийский конкурс молодежных авторских проектов и проектов в сфере образования, направленных на социально -экономическое развитие российских территорий "Моя страна - моя Россия"	Общероссийский союз общественных объединений "Молодежные социально - экономические инициативы"
30	Межрегиональная экономическая олимпиада школьников имени Н.Д. Кондратьева	Федеральное государственное учреждение науки "Институт экономики Российской академии наук"
31	Всероссийский экономический форум научно исследовательских проектов молодых ученых и студентов "Конкурентоспособность территорий"	- Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Уральский государственный экономический университет"

32	XI Всероссийская олимпиада по финансовому рынку и основам потребительских знаний для старшеклассников	Фонд "Институт фондового рынка и управления"
33	Открытая Всероссийская интеллектуальная олимпиада школьников "Наше наследие"	Негосударственное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Православный Свято -Тихоновский гуманитарный университет"
34	Всероссийский конкурс на лучшую работу по русской истории "Наследие предков -молодым"	Межрегиональная общественная организация содействия изучению русской истории "Императорское Русское историческое общество"
35	Общероссийская олимпиада школьников "Основы православной культуры"	Негосударственное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Православный Свято -Тихоновский гуманитарный университет"
36	Всероссийский конкурс детско-юношеских СМИ	Общероссийская общественная детская организация "Лига юных журналистов России"
<b>В сфере развития профессионального мастерства</b>		
37	Финал Национального чемпионата "Молодые профессионалы" ("WorldSkills Russia")	Союз "Агентство развития профессиональных сообществ и рабочих кадров "Ворлдскиллс Россия"
38	Конкурс профессионального мастерства "Телесфера-2016" среди студентов учебных заведений Россвязи, обучающихся по программам среднего профессионального образования	Федеральное агентство связи, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Санкт - Петербургский государственный университет телекоммуникаций им. проф. М.А. Бонч-Бруевича"
39	Международная студенческая олимпиада в области информационных технологий и телекоммуникаций "Инфотелеком -2016"	Федеральное агентство связи, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Санкт - Петербургский гос . университет телекоммуникаций им. проф. М.А. Бонч-Бруевича"
40	Интеллектуальная олимпиада в области инфотелекоммуникаций "Телеком-планета" для школьников 9,10 и 11 классов	Федеральное агентство связи, Федеральное гос . бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Санкт - Петербургский гос . университет телекоммуникаций им. проф. М.А. Бонч-Бруевича"

41	Межрегиональная олимпиада школьников по математике и криптографии	Федеральное государственное казенное образовательное учреждение высшего образования "Академия Федеральной службы безопасности Российской Федерации"
42	Межрегиональная олимпиада школьников по информатике и компьютерной безопасности	Федеральное государственное казенное образовательное учреждение высшего образования "Академия Федеральной службы безопасности Российской Федерации"
43	Олимпиада обучающихся в федеральных государственных образовательных организациях Министерства юстиции Российской Федерации и Федеральной службы исполнения наказаний	Министерство юстиции Российской Федерации
44	Международная олимпиада курсантов образовательных организаций высшего образования	Главное управление кадров Министерства обороны Российской Федерации
45	Всеармейская олимпиада обучающихся довузовских образовательных учреждений Министерства обороны Российской Федерации	Главное управление кадров Министерства обороны Российской Федерации
46	Конкурс на лучшие научные работы слушателей и курсантов военных образовательных организаций высшего образования Министерства обороны Российской Федерации	Главное управление кадров Министерства обороны Российской Федерации
47	Конкурс на лучшую научно -исследовательскую работу обучающихся в образовательных организациях системы МВД России	Министерство внутренних дел Российской Федерации
48	Всероссийский конкурс научно - исследовательских работ "Закон и правопорядок"	Министерство внутренних дел Российской Федерации
49	Международный конкурс молодых дизайнеров одежды "Формула моды: Восток - Запад"	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Омский государственный институт сервиса"
50	Всероссийские состязания по морскому многоборью в ходе Всероссийского сбора юных моряков в Международном детском центре "Артек" в 2016 году	Региональная общественная организация содействия развитию подрастающего поколения "Молодежная Морская Лига"

<b>В сфере развития художественного творчества</b>		
51	"Акрос" - многопрофильная олимпиада ПСТГУ (направления "Изобразительное искусство", "Музыкальное искусство" и "Литература")	Негосударственное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Православный Свято -Тихоновский гуманитарный университет"
52	"Пятнадцатые молодежные Дельфийские игры России"	Общероссийская общественная организация "Национальный дельфийский совет России"
53	XXIV всероссийский фестиваль "Российская студенческая весна"	Общероссийская общественная организация "Российский Союз Молодежи"
54	Всероссийский открытый форум детского юношеского экранного творчества "Бумеранг"	Межрегиональная общественная организация "Детское медийное объединение "Бумеранг"
55	XX Национальный конкурс детских театров моды и студий костюма на тему: "Детская мода. Играем в моду"	Некоммерческая организация Ассоциация детских творческих объединений "Золотая нить"
56	XVIII международный фестиваль "Детство без границ"	Международный союз детских общественных объединений "Союз пионерских организаций - Федерация детских организаций" (СПО-ФДО)
57	Всероссийская олимпиада архитектурно художественного творчества для учащейся молодежи им. В.Е. Татлина	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Пензенский государственный университет архитектуры и строительства"
58	Всероссийский конкурс по программе "Всероссийская Юниор-Лига КВН"	Общероссийская общественная организация "Российский Союз Молодежи"
59	Всероссийская программа "Арт-Профи Форум"	Общероссийская общественная организация "Российский Союз Молодежи"
60	Всероссийский конкурс патристической песни "Я люблю тебя, Россия!"	Федеральное агентство по делам молодежи
61	Всероссийский молодежный литературный фестиваль	Федеральное агентство по
62	III зимняя спартакиада молодежи России 2016 года	Министерство спорта Российской Федерации и Федеральное государственное бюджетное учреждение "Федеральный центр подготовки спортивного резерва"
<b>Региональные и межрегиональные олимпиады и иные конкурсные мероприятия</b>		
63	Региональные и межрегиональные олимпиады и иные конкурсные мероприятия, по итогам которых присуждаются премии, проводимые на территории Краснодарского края	Высший исполнительный орган государственной власти Краснодарского края



6

# Готов к труду и обороне



## *Готов к труду и обороне!*

В известном детском стихотворении С.Я. Маршака 1937 года «Рассказ о неизвестном герое» пожарные, милиция и фотографы разыскивают двадцатилетнего парня, спасшего из огня девочку. Из примет — «среднего роста, плечистый и крепкий, ходит он в белой футболке и кепке. Знак „ГТО“ на груди у него. Больше не знают о нем ничего»

**Значкистов ГТО в то время было больше половины страны, и каждый был готов к труду и обороне!** Готов к труду и обороне — программа физической и культурной подготовки, которая основывалась на единой и поддерживаемой государством системе патриотического воспитания населения.

### *История ГТО*

**1918/1925** - Предпосылки возникновения комплекса ГТО

**1927/1928** - Рождение комплекса ГТО «под крылом»

#### **ОСОАВИАХИМа**

**1929/1938** - Первый комплекс ГТО и дальнейшее его развитие

**1941/1945** - Комплекс ГТО и Великая Отечественная Война

**1946/1991** - Комплекс ГТО в послевоенное время

**2007/2014** - Возрождение Комплекса ГТО в современной России

**2015** - Зачем выполнять ГТО в 21 веке?

Общероссийское движение «Готов к труду и обороне» - программа физкультурной подготовки, существовавшая в нашей стране с 1931 по 1991 год, которая охватывала население в возрасте от 10 до 60 лет. С ликвидацией Советского Союза комплекс ГТО прекратил свое существование. С 2014 года происходит возрождение комплекса в условиях современной России. Современный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) — полноценная

программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации.

Подготовка к выполнению государственных требований комплекса ГТО обеспечивается систематическими занятиями по программам физического воспитания в учебных заведениях, пунктах начальной военной подготовки, спортивных секциях, группах общей физической подготовки, в учреждениях дополнительного образования (спортивные клубы) и самостоятельно.

Комплекс ГТО состоит **из 11 ступеней** в соответствии с возрастными группами населения от 6 до 70 лет и старше и нормативов **по 3 уровням трудности, соответствующих золотому, серебряному и бронзовому знакам.**

- I СТУПЕНЬ — возрастная группа от 6 до 8 лет
- II СТУПЕНЬ — возрастная группа от 9 до 10 лет
- III СТУПЕНЬ — возрастная группа от 11 до 12 лет
- IV СТУПЕНЬ — возрастная группа от 13 до 15 лет
- V СТУПЕНЬ — возрастная группа от 16 до 17 лет
- VI СТУПЕНЬ — возрастная группа от 18 до 29 лет
- VII СТУПЕНЬ — возрастная группа от 30 до 39 лет
- VIII СТУПЕНЬ — возрастная группа от 40 до 49 лет
- IX СТУПЕНЬ — возрастная группа от 50 до 59 лет
- X СТУПЕНЬ — возрастная группа от 60 до 69 лет
- XI СТУПЕНЬ — возрастная группа от 70 лет и старше

Субъектам Российской Федерации предоставляется право дополнительно включать в комплекс ГТО на региональном уровне 2 вида нормативов и испытаний (тестов), в том числе по национальным, военно-прикладным и по наиболее популярным в молодежной среде видам спорта. Государственные требования комплекса ГТО внутри каждой ступени делятся на обязательные и по выбору.

Плюс рекомендации по недельной двигательной активности.

## *Зачем нужен комплекс ГТО?*

Целями ВФСК ГТО являются укрепление здоровья, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма. Задачами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса являются:

а) увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Российской Федерации;

б) повышение уровня физической подготовленности и продолжительности жизни граждан Российской Федерации;

в) формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическое самосовершенствование и ведение здорового образа жизни;

г) повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;

д) модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях, в том числе путем увеличения количества спортивных клубов.

## *Этапы внедрения комплекса ГТО*

Этапы внедрения комплекса ГТО регулируются распоряжением правительства РФ от 30 июня 2014 г. № 1165-р (ознакомиться можно во вкладке «документы») и делят внедрение комплекса на III этапа:

**I этап** (1 июля 2014 года — 31 декабрь 2015 года) — **I—VI ступени (школы, ссузы, вузы), 12 регионов РФ;**

**II этап** (1 января 2016 года — 31 декабря 2016 года) — **I—VI ступени (школы, ссузы, вузы), всей страны, апробация среди взрослого населения;**

**III этап (с 1 января 2017 года) — Все ступени, все категории населения, все регионы РФ.**

## *Привилегии знаков отличия ГТО*

ГТО — это не просто получение знака отличия, это в первую очередь совершенствование самого себя, своего внутреннего «Я». Подготавливая себя к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса, Вы оттачиваете свою координацию, становитесь более целеустремленным, морально и физически закаленным.

Знак отличия ГТО — это показатель активной жизненной позиции гражданина Российской Федерации, его стремление к здоровому образу жизни.

Наличие знаков отличия комплекса ГТО (в соответствии с Приказом Министерства образования России № 1147) у поступающих на обучение по образовательным программам высшего образования будет учитываться образовательными организациями высшего образования при приеме. Обучающимся, имеющим золотой знак отличия комплекса ГТО, может быть назначена в установленном порядке повышенная государственная академическая стипендия.

## *Кто может выполнять нормативы испытаний (тестов) ГТО?*

Нормативы испытаний (тестов) ГТО может выполнять население Российской Федерации, относящееся к основной группе здоровья, на основании медицинского осмотра, проведенного в соответствии с порядком оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий, утвержденным Министерством здравоохранения Российской Федерации.

## *Что такое центр тестирования?*

**Центр Тестирования** — это некоммерческая организация, создаваемая в субъектах РФ, для Выполнения видов нормативов испытаний (тестов).

**Место территориальное** — это расположение спорт - объекта (бассейн, стрельбище, манеж, спортивный комплекс и др.) на котором центр тестирования устраивает приемку тех, или иных видов нормативов испытаний (тестов).

## *Зачем нужна регистрация на сайте gto.ru?*

Регистрация на сайте gto.ru нужна для того, чтобы Вам был присвоен уникальный ID-номер, позволяющий выполнять нормативы испытаний (тестов) ВФСК ГТО в официальном режиме. Благодаря личному ID-номеру Вы сможете записаться в ближайший к Вам Центр тестирования для выполнения нормативов ГТО, а также просматривать результаты Выполненных Вами нормативов испытаний (тестов) на сайте gto.ru в режиме on-line.

## *Можно ли выполнять нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО на уроках физкультуры?*

Согласно методическим рекомендациям по механизмам учета результатов Выполнения нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (ВФСК ГТО), разработанным Министерством образования Российской Федерации, обучающиеся не обязаны выполнять нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО на уроках физической культуры, так как одним из главных принципов ГТО является его добровольность и оздоровительная направленность.

Кроме того, федеральное ведомство отмечает, что нежелание выполнять нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО или отсутствие положительных результатов у учащихся не являются и не могут являться критериями итоговой оценки в ходе аттестации по предмету «Физическая культура».

### *Кто может выполнять нормативы испытаний (тестов) ВФСК ГТО в 2016 году?*

С наступлением 2016 года начался второй этап реализации мероприятий комплекса ГТО. Выполнять нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО в официальном режиме (т.е. претендовать на получение знака отличия) может население от 6 до 29 лет (1 - 6 возрастные ступени), относящееся к категории обучающиеся — школьники, студенты, магистры, бакалавры и другие. Обращаем ваше внимание, что на данный момент Министерство спорта РФ уже разрабатывает календарь мероприятий, в рамках которых выполнять нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО в 2016 году сможет и трудоспособное население в апробационном режиме.

7

# *Информационные ресурсы*





## **Вам помогут:**

**Уполномоченный по правам ребенка в Краснодарском крае**  
**Ковалева Татьяна Федоровна** тел. +7 (861) 268 41;  
г. Краснодар, ул. Советская, д. 30, e-mail: [uprkk1@list.ru](mailto:uprkk1@list.ru)

**Управление социальной защиты населения** Департамента  
социальной защиты населения в г. Новороссийск, ул. Московская, 8,  
тел. +7(8617) 21-25-4, тел. +7(8617) 646-627 - приемная по  
социальным вопросам

**Управление по вопросам семьи и детства администрации**  
г. Новороссийска + 7 (8617) 30-14-62 ул. Героев Десантников, 39, а.  
e-mail: [opeka\\_novoros@mail.ru](mailto:opeka_novoros@mail.ru)

**Министерство образования, науки и молодежной политики**  
**Краснодарского края 350075, г. Краснодар, ул. Стасова, 180**  
Тел. +7(861)235-10-36, e-mail: [don@krasnodar.ru](mailto:don@krasnodar.ru)  
Обратиться через Интернет: **Виртуальная приемная**  
**исполнительных органов**

**Управление образования муниципального образования город**  
**Новороссийск** тел. +7(8617)64-63-73, г.Новороссийск, ул. Бирюзова 6,  
e-mail: [uo@novoros.kubannet.ru](mailto:uo@novoros.kubannet.ru)

**МКУ Центр развития образования** +7(8617)64-38-48,  
г.Новороссийск, ул.Революции 1905г., 14, e-mail: [cro\\_novoros@mail.ru](mailto:cro_novoros@mail.ru)

**Управление по делам несовершеннолетних** тел. +7 (8617)67-13-  
90;+7 (8617)76-70-41; +7 (8617)76-70-42;  
г. Новороссийск, ул. Бирюзова, д. 6, e-mail: [kdnnovoross@mail.ru](mailto:kdnnovoross@mail.ru)

**МКУ ППМС-центр «Диалог»** тел. +7 (617) 61-01-17 г.  
Новороссийск, ул. Новороссийской республики, 11,  
<http://ppms-dialog.ru>, e-mail: [ppmsdialog@rambler.ru](mailto:ppmsdialog@rambler.ru)

**Официальный информационный портал единого**  
**государственного экзамена** <http://ege.edu.ru>;  
телефон доверия ЕГЭ +7 (495) 104-68-38

**Официальный информационный портал государственной**  
**итоговой аттестации** +7 (861)231-71-18; +7 (989)282-79-89;  
e-mail: [gia9@kubannet.ru](mailto:gia9@kubannet.ru)

**Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов**  
<http://school-collektion.edu.ru>

«Семья и школа – это берег и море.

На берегу ребенок делает свои первые шаги, получает первые уроки жизни, а потом перед ним открывается необозримое море Знаний, и курс в этом море прокладывает школа. Это не значит, что он должен совсем оторваться от берега»

*(Лев Кассиль)*

