

ОБЖ

№ 9 (022)

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Методический журнал для учителей ОБЖ

**ЕСТЬ ЛИ ЖИЗНЬ ПОСЛЕ
КАНИКУЛ?**

с. 8

**ПОЧЕМУ ПОДРОСТКИ
УХОДЯТ ИЗ ДОМА**

с. 12

**ПОГРОМ
НА КРЫШЕ МИРА**

с. 28

**ВОЕННЫЙ
ПСИХОЛОГ**

с. 56

**ТЮРЕМНЫЕ
ИСТОРИИ**

с. 60

электронная версия журнала
дополнительные
материалы
в Личном кабинете
на сайте
www.1september.ru

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ
● 1september.ru

Первое сентября

сентябрь
2015

Подписка на сайте www.1september.ru или по каталогу «Почта России»: 99974 (бумажная версия); 99975 (CD-версия)

ОБЖ


ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ

№ 9 (022)
сентябрь 2015

СЛОВО
ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА

страница 3

БЕЗОПАСНОСТЬ ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ

- Пожар 4 
- Есть ли жизнь после каникул? 8
- Почему подростки уходят из дома 12
- Которые живут на крыше 16


РАЗДЕЛ I

БЕЗОПАСНОСТЬ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

- Проблемы экологии 20 
- Костер как способ подачи сигнала бедствия 24
- Погром на крыше мира 28

РАЗДЕЛ II

БЕЗОПАСНОСТЬ ЗДОРОВЬЯ

- ВИЧ-инфекция — болезнь века 32 
- Первая помощь при отравлении 38
- Ароматизаторы, идентичные натуральным 42

РАЗДЕЛ III

БЕЗОПАСНОСТЬ СТРАНЫ

- Прохождение военной службы по призыву 46 
- Пистолет-пулемет Шпагина 52
- Военный психолог 56
- Тюремные истории 60

РАЗДЕЛ IV



К материалам, обозначенным этим символом, есть дополнительные материалы в вашем Личном кабинете на сайте www.1september.ru

УВАЖАЕМЫЕ ПОДПИСЧИКИ БУМАЖНОЙ ВЕРСИИ ЖУРНАЛА!

Все подписчики журнала имеют возможность получать электронную версию, которая не только является полной копией бумажной, но и включает дополнительные электронные материалы для практической работы. Для получения электронной версии:

- 1) откройте Личный кабинет на портале «Первое сентября» (www.1september.ru).
- 2) В разделе «Газеты и журналы/Получение» выберите свой журнал и кликните на кнопку «Я — подписчик бумажной версии».
- 3) Появится форма, посредством которой вы сможете отправить нам копию подписной квитанции. После этого в течение одного рабочего дня будет активирована электронная подписка на весь период действия бумажной.

РЕДАКЦИЯ

Главный редактор: **Алексей Митрофанов**

Редакторы: **Ксения Попова,**
Марина Ефимова

Верстка: **Владислав Кулаков**

Редактор электронных приложений:
Мария Попова

Тираж: 15 000 экз.

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»

Главный редактор: **Артем Соловейчик**
(генеральный директор)

Коммерческая деятельность:

Константин Шмарковский

(финансовый директор)

Развитие, IT и координация проектов:

Сергей Островский (исполнительный директор)

Реклама, конференции и техническое
обеспечение Издательского дома:

Павел Кузнецов

Производство: **Станислав Савельев**

Административно-хозяйственное

обеспечение: **Андрей Ушков**

Педагогический университет:

Валерия Арсланьян (ректор)

ЖУРНАЛЫ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА:

Английский язык — Е.Богданова

Библиотека в школе — О.Громова

Биология — Н.Иванова

География — и.о. А.Митрофанов

Дошкольное образование — Д.Тюттерин

Здоровье детей — Н.Семина

Информатика — С.Островский

Искусство — О.Волкова

История — А.Савельев

**Классное руководство
и воспитание школьников** — М.Битянова

Литература — С.Волков

Математика — Л.Рослова

Начальная школа — М.Соловейчик

Немецкий язык — М.Бузова

ОБЖ — А.Митрофанов

Русский язык — Л.Гончар

Спорт в школе — О.Леонтьева

Технология — А.Митрофанов

Управление школой — Е.Рачевский

Физика — Н.Козлова

Французский язык — Г.Чесновицкая

Химия — О.Блохина

Школа для родителей — Л.Печатникова

Школьный психолог — М.Чибисова

УЧРЕДИТЕЛЬ:

ООО «ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ "ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ"»
Зарегистрировано Роскомнадзором
ПИ № ФС77-58422 от 25.06.2014

Подписано в печать:

по графику 27.05.15,

фактически 27.05.15

Заказ №

отпечатано в

ОАО «Первая Образцовая типография»

Филиал «Чеховский Печатный Двор»

ул. Полиграфистов, д. 1,

Московская область,

г. Чехов, 142300

Сайт: www.chpd.ru, E-mail: sales@chpd.ru,

Тел.: 8(495)988-63-87


АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ:

ул. Киевская, д. 24, Москва, 121165

Тел./факс: (499) 249-3138

Отдел рекламы: (499) 249-9870

Сайт: 1september.ru

 [facebook.com/School.of.Digital.Age](https://www.facebook.com/School.of.Digital.Age)

В материалах номера использованы
фотографии банка www.shutterstock.com,
если не указано иное.



СЛОВО ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА

Алексей МИТРОФАНОВ

Заметки о счастье

Был тут свидетелем своеобразной сцены. В бассейн пришло семейство. Судя по возрасту — дедушка, бабушка и внук-младшеклассник. Шумные, довольные, счастливые — любо-дорого смотреть.

Там с краю есть — в самом бассейне, прямо в воде — лавочка для отдохновения купальщиков. Облицованная голубой плиткой. Сначала младшеклассник сполз с бортика на эту лавочку и принялся плескаться. Затем то же проделал спортивного вида дедушка. И бабушка решила не отставать. А она, надо сказать, была размеров преогромнейших. И что-то вдруг, как сейчас модно выражаться, пошло не так. Бабушка не сползла, а упала на скамейку. А там, напомним, было чему падать. И затем обрушилась на дно. Потом, правда, всплыла.

Грохот, крики, охи-ахи, осмотр бабушки. Да, ссадины, да, будут синяки, но руки-ноги вроде целы. И снова смех, веселье, море позитива. Дедушка на радостях доплывает до противоположного конца бассейна, весь как-то сжимается, затем пружиной распрямляется и во все свое безудержное молодечество выпрыгивает из воды. Не заметив, что на противоположной стене бассейна, фактически прямо над ним, висит гигантский барельеф Нептуна. Оглушительный стук, вопль нечеловеческой боли, охи-ахи, гулкое гудение потревоженного барельефа. Осмотр дедушки. Ну да, возможно, сотрясение мозга, кожа содрана на лысине, но главное — живой и вроде бы пока не дурачок. И продолжается веселье.

Мне тут подумалось, что в довершение истории Нептун должен бы соскочить с расшатан-

ных штырей и всем своим многопудовым бременем накрыть это волшебное семейство. С точки зрения драматургии так по крайней мере было бы правильно. Но обошлось. Правда, младшеклассник вдруг решил на радостях нырнуть, забыв при этом перестать смеяться. Но ничего, его довольно быстро откачали, даже врача вызывать не пришлось.

И вот что по этому поводу думается. В принципе состояние счастья — лучшее, что может быть в жизни. Может быть, его достижение — в какой-то степени даже цель жизни. Во всяком случае, почти все, что мы делаем в жизни, так или иначе направлено на то, чтобы стать более счастливым. И в этом свете нужно бы определить семейство из бассейна как идеальное. Еще бы — что бы ни случилось, они не теряют оптимизма, продолжают радоваться. Но что-то мне мешает их воспринимать как идеал.

Ведь они, наверное, так не только бассейны посещают. Они, пожалуй, и дорогу точно так же переходят. И так же катаются на колесе обозрения в открытых кабинках. Так же чинят всем семейством электрическую розетку. Да мало ли что они делают.

Увы, нет в жизни совершенства. Состояние счастливой эйфории и абсолютной безмятежности неизбежно сопровождается снижением чувства опасности. А это — прямой путь к беде.

И, к сожалению, исправить таких патологических оптимистов практически невозможно. Остается лишь одно — когда они бодают барельеф Нептуна, постараться быть в другой части бассейна.



РАЗДЕЛ
БЕЗОПАСНОСТЬ
ПОВСЕДНЕВНОЙ
ЖИЗНИ

Эльвира Викторовна СЕЛИЕНКО,
учитель ОБЖ, МАОУ СОШ № 3,
г. Новый Уренгой, Тюменская обл.

ПОЖАР

Пожар может возникнуть в любой момент и буквально на пустом месте. Вроде бы ничего не предвещает беды — и через несколько минут все объято пламенем. Страшно? Нисколько. Если соблюдаешь необходимые меры предосторожности и знаешь, как вести себя при появлении огня.

Пожар 4

Есть ли жизнь после каникул? 8

Почему подростки уходят из дома 12

Которые живут на крыше 16

ЦЕЛИ:

- Создание условий для формирования навыков правильного поведения при возникновении пожара.
- Развитие логического мышления и умения выявлять опасность.
- Воспитание бережного отношения к своему здоровью.
- Формирование логических универсальных учебных действий (УУД), навыков выявлять главное-существенное, классифицировать, систематизировать, анализировать.

ОБОРУДОВАНИЕ:

учебник, презентация, плакаты, рисунки на противопожарную тематику.

МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ:

устный, письменный, аудиовизуальные методы (наглядные методы и приемы, сочетание словесных).

ход урока



I. ВСТУПИТЕЛЬНОЕ СЛОВО

(См. Презентацию в Личном кабинете. Слайд № 1.)

Учитель:

— Тысячи лет назад люди научились добывать огонь. Он был и остается одним из первых помощников человека. Без огня привычная жизнь на Земле невозможна. Он нужен всюду: в домах и школах, на заводах и фабриках. Огонь костра, печи, газовой горелки — человек использует огонь постоянно. Но он бывает смертельно опасен, когда люди забывают об осторожности. Огонь, выходя из повиновения, не щадит никого и ничего.

Пожар — не случайность, а результат легкомыслия и беспечности.

В России ежегодно возникает более 300 тыс. пожаров, при которых погибает более 10 тыс. человек, свыше 80% пожаров возникает в жилых

домах, дачных и садовых домиках. При этом примерно каждый шестой пожар в жилых домах возникает по вине детей. Я призываю вас, ребята, всегда быть предельно осторожными, обращаясь с огнем, и помнить о последствиях пожара. Не забывайте простую истину: опасность легче предупредить, избежать ее, чем ликвидировать, бороться с ней.

Каким же бывает огонь?

(См. Презентацию. Слайды № 2–5.)

II. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Задание № 1

Назовите наиболее частые причины пожаров.

(См. Презентацию. Слайды № 6–7.)

Ответ:

- Использование детьми горючих веществ, легковоспламеняющихся предметов.
- Оставленные включенными без наблюдения утюг и другие электроприборы.
- Неосторожное обращение с открытым огнем, свечами, бенгальским огнем, петардами.

■ Оставленные без контроля горящая свеча или газовая горелка.

- Перегрев телевизора.
- Большое число электроприборов, включенных в одну розетку.

Задание № 2

Назовите опасные спутники огня.

(См. Презентацию. Слайды № 8–9.)

Ответ:

- Ядовитый дым.
- Высокая температура.
- Плохая видимость.
- Паника и растерянность.
- Обрыв электропроводов и возможность поражения электроотоком.
- Обрушение конструкций.

Задание № 3

Назовите последовательность обязательных действий при пожаре.

(См. Презентацию. Слайды № 10–11.)



Ответ:

- Вызови пожарную охрану.
- Если нет телефона — позови соседей, кричи «Пожар!», зови на помощь.
- Покинь горящее помещение, предупреди соседей.
- Встречай пожарных.
- Если огонь небольшой, попробуй справиться с ним самостоятельно.

Задание № 4

Все строительные материалы разделяются на три группы: горючие, трудногорючие, негорючие. Поэтому очень важно, из каких строительных материалов будут построены жилой дом, детский сад, школа, завод или иное предприятие.

(Учащиеся определяют группы материалов.)

(См. Презентацию. Слайды № 12–14.)

Классификация материалов по пожаробезопасности

Горючие	Трудногорючие	Негорючие
Древесина	Древесно-стружечная плита (ДСП)	Кирпич
Целлюлоза	Древесно-волокнистая плита (ДВП)	Бетон
Пластмасса		Металл
Рубероид		Гипс
Битум		Гранит

Задание № 5

Назовите три компонента, необходимые для возникновения горения.

(См. Презентацию. Слайды № 15–17.)

Ответ:

- Горючее вещество.
- Окислитель.
- Источник воспламенения.

Задание № 6

Назовите опасные факторы пожара.

(См. Презентацию. Слайды № 18–19.)

Ответ:

- Открытое пламя, искры.
- Дым.
- Повышение температуры окружающей среды.
- Токсичные продукты горения.
- Понижение концентрации кислорода в воздухе.
- Разрушение зданий и сооружений.

Задание № 7

Напишите стихотворение, посвященное огню и людям героиче-



ращением: «Уважаемый господин Огонь!».

(Учащиеся по очереди произносят заключительную фразу.)

(См. Презентацию. Слайды № 21–22.)

III. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

За правильно выполненные задания учащиеся получали жетоны. В конце урока подсчитывается количество заработанных жетонов, и в соответствии с ним выставляются оценки.



ской профессии — пожарным. (4–8 строк.)

(См. Презентацию. Слайд № 20.)

Задание № 8

(Рефлексия.) Составьте одну фразу-послание «Господину Огню».

Необходимое условие: фраза должна начинаться следующим об-





ЕСТЬ ЛИ ЖИЗНЬ ПОСЛЕ КАНИКУЛ?

РАЗДЕЛ I
БЕЗОПАСНОСТЬ
ПОВСЕДНЕВНОЙ
ЖИЗНИ

Возвращение из отпуска у многих вызывает сложности. Есть даже такое расхожее выражение: «Больше всего нуждается в отпуске тот, кто только что из него вернулся». Отпуск был слишком короток, хотелось сделать и то, и это, а даже и не отдохнул толком, а уже работа, и опять как белка в колесе. И такая дребедень целый день... Кажется, что это ты такой один, несчастный, а все остальные из отпуска возвращаются посвежевшие, загоревшие, отдохнувшие, а ты даже выспаться не успел. В общем, лучше бы отпуск не кончался еще пару-тройку месяцев, а еще лучше — лет.

Есть ли жизнь после каникул? 8

Почему подростки уходят из дома 12

Которые живут на крыше 16

Пожар 4

Оказывается, что подобное состояние преследует чуть ли не каждого второго работающего человека. Это явление в последнее время стало настолько распространенным, что психологи назвали его постотпускной депрессией. Конечно, можно сказать, что раньше тоже были отпуска и ни о какой постотпускной депрессии никто и не слышал, на что мы можем возразить, что про это просто никто не говорил. Явление было, а вот разговоров о нем не было. К тому же современный мир дает людям огромное количество возможностей, а возможности, в том числе выбора, не всегда облегчают жизнь.

Постотпускная депрессия — такое же реальное явление, как и трудоголизм, который тоже не так давно стали признавать. При этом совершенно очевидно, что многим руководителям трудоголизм значительно более выгоден, чем отпускная депрессия, ведь летом и в начале осени работоспособность сотрудников по статистике снижается.

Как ни странно, степень ответственности работника напрямую влияет на наличие постотпускной депрессии. Чем более ответственно (вплоть до гиперответственности) человек



относится к своим обязанностям, тем хуже у него получается от них отдохнуть, а потом снова приняться за дело.

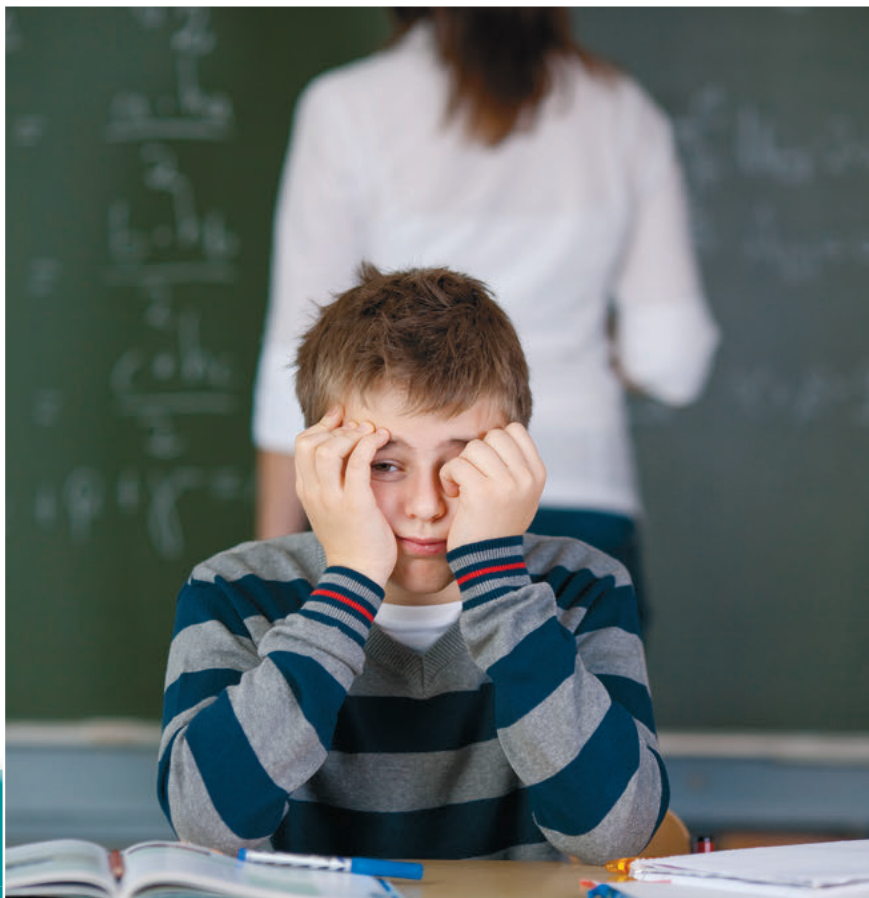
Кроме того, чем больше человеку хочется сменить работу, тем ярче проявления этой депрессии. И, соответственно, если на работу — как на праздник, то и проблемы с настроением на рабочую волну решаются быстрее.

Чаще всего постотпускная депрессия характеризуется вялостью, апатией, снижением работоспособности, сонливостью, тоской, подавленностью или, наоборот, возбуждением, в котором невозможно начать работать, а хочется бегать, прыгать, танцевать и писать письма приятелям в соцсетях.

Относиться к этому явлению можно по-разному: кто-то признает его, а кто-то считает выдумкой лентяев и безответственных сотрудников. Однако, согласно результатам некоторых исследований, работоспособность большинства работников после отпуска стремится к нулю. Вышедшие из отпуска становятся рассеянными, им сложно сосредоточиться, у них не получается выполнять даже обычные задания.

Переход от отпуска к работе происходит у женщин немного легче, чем у мужчин. Это объясняется более гибкой психикой у женщин и природными способностями быстро переключаться между задачами. К тому же нельзя отрицать, что многим женщинам хочется пообщаться и поделиться впечатлениями от проведенного отпуска с приятелями среди коллег.

У людей с различным темпераментом переход от труда к отдыху и обратно тоже может происходить по-разному. Флегматичным и меланхолическим особам отдыхать нужно долго и качественно, тогда они успевают



перестроиться и быстро включиться в работу по завершению отпуска. Холерику отпуск более двух недель может наскучить, поэтому отдыхать ему нужно быстро, ярко и весело. Самые желанные для любого работодателя сотрудники — обладатели сангвинического темперамента. Им проще всех переключаться между работой и отдыхом, а иногда им хватает даже выходных, чтобы восстановить силы и трудовой задор.

Совершенно очевидно, что занимающиеся ремонтом квартиры или строительством дачи коллеги после отпуска будут значительно более уставшими и депрессивными, чем те, кто во

Школьника, как и работника, вышедшего из отпуска, воспринимают как человека, набравшего сил для свершения трудовых подвигов, и с первого дня загружают работой. Дети, которые еще вчера были вполне свободными людьми, уже сегодня стараются успеть за день все: уроки, домашние задания, кружки, общение с друзьями, общение с родителями. Попав из огня да в полымя, человек теряется, начинает паниковать, а потом, понимая, что все он в любом случае не успеет, решительно перестает вообще что-либо делать. Именно поэтому детям, как и учителям, надо учебный год начинать постепенно, хотя программа

на работу и учебу после отпуска или каникул? Во-первых, рекомендуется в отпуске значительно не изменять режим дня, ведь если вы два месяца просыпались к часу дня, а тут вдруг нужно вставать и быть работоспособным в 6–7 утра, то организм обязательно взбунтуется.

Если вы уезжаете в путешествие, то стоит вернуться за пару дней до начала работы, чтобы успеть разобраться с домашними делами, а также настроиться на окончание отпуска. Причем разбираться с домашними делами тоже следует не с интенсивностью «я проведу капитальный ремонт квартиры в два дня» или «прочти, наконец, все, что тебе задали на лето», а не больше, чем обычно — все еще успеют побыть в состоянии цейтнота, а во время отпуска нужно отдыхать.

Вы — бесконечный оптимист, если считаете, что рабочее настроение появляется автоматически вместе со звоном будильника в первый рабочий день. На это рассчитывать не стоит. Зато нужно дать себе несколько дней на адаптационный период, когда вы снова сможете привыкнуть к высокому темпу работы. Не хватайтесь за все и сразу — далеко не все дела требуют вашего срочного и деятельного участия. Распланируйте рабочее время, учитывая свое самочувствие, и не стремитесь спасти мир. Если за время вашего отпуска он еще не распался, значит, еще пару дней продержится.

Если вы попали в большинство «счастливчиков», которых завершение отпуска не радует, а печалит, а работа кажется нудной и невыносимой, постарайтесь изменить свое отношение к происходящему. В ход в таком случае идут все способы улучшения настроения — от похода в кино и посиделок с друзьями до занятий спортом и хобби. Человеку, находящемуся в депрессивном состоянии, очень сложно самостоятельно преодолеть его. Если ваши друзья, родственники или коллеги решат вдруг помочь вам справиться с хандрой и поднять вам настроение, то основная ваша задача — не отказываться.

Впрочем, если депрессия от выхода на работу затягивается на несколько месяцев, то, наверное, стоит подумать о перемене места работы. В конце концов, именно на работу мы тратим примерно треть своей жизни.



время отпуска действительно отдыхал. Кроме того, на психоэмоциональное состояние человека может повлиять резкая смена климата, температурного режима или значительная разница в часовых поясах.

Если вы думаете, что это только про взрослых, то нет. Вспомните себя после каникул, вспомните детей после каникул. Учебный год становится ушатом ледяной воды после лета. Дети, все такие расслабленные, благодатные, радующиеся хорошей погоде, а тут мы — вот вам, дорогие, двадцать пять домашних заданий, а еще про дополнительные занятия не забудьте. Дети в большинстве своем, конечно, быстрее перестраиваются, но ведь для них начало учебного года — не меньший труд, чем для нас.

с трудом позволяет это сделать. В любом случае первая неделя после каникул вряд ли будет плодотворной для школьников и учителей.

Одна моя коллега говорила, что отпуск удался, когда к концу каникул ей перестают сниться уроки. В тот год, когда уроки к концу каникул сниться ей не перестали, из школы она уволилась, сказав, что нагрузка, видимо, великовата. В отличие от учителей, мало кто из детей выбирает свою нагрузку. За многих решения принимают родители, поэтому занятость у них может быть такая, что и многим взрослым не снилось. Можно, конечно, сказать, что дети — на то и дети, чтобы учиться, но и их силы не безграничны.

Как минимизировать физические и эмоциональные потери при выходе



Педагогический университет
«**Первое сентября**»

ДИСТАНЦИОННЫЕ КУРСЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

(с учетом требований ФГОС)

До 30 сентября ведется прием заявок на первый поток 2015/16 учебного года

образовательные программы:

- НОРМАТИВНЫЙ СРОК ОСВОЕНИЯ – 108 УЧЕБНЫХ ЧАСОВ
Стоимость – 4990 руб.

- НОРМАТИВНЫЙ СРОК ОСВОЕНИЯ – 72 УЧЕБНЫХ ЧАСА
Стоимость – от 3990 руб.

По окончании выдается удостоверение о повышении квалификации
установленного образца

Перечень курсов и подробности – на сайте edu.1september.ru

Пожалуйста, обратите внимание:

заявки на обучение подаются только из Личного кабинета,
который можно открыть на любом сайте портала www.1september.ru

ПОЧЕМУ ПОДРОСТКИ УХОДЯТ ИЗ ДОМА

РАЗДЕЛ I
БЕЗОПАСНОСТЬ
ПОВСЕДНЕВНОЙ
ЖИЗНИ

О трудностях подросткового возраста знают все. Но только потому, что когда-то сами были подростками, а не потому, что впоследствии прочитали много умных книг и статей. Смутное время, иногда напоминающие своими кипящими страстями революцию (низы не могут — верхи не хотят), иногда похожее на холодную войну, прерывающуюся дипломатическими переговорами, результаты которых часто перечеркиваются последующими действиями сторон.

Почему подростки уходят из дома 12

Есть ли жизнь после каникул? 8

Пожар 4

Которые живут на крыше 16

Кроме шуток, борьба происходит настоящая, и, как правило, победивших в этой войне нет. Есть только пережившие ее. Или те, кто не смог пережить (так глубоки были раны) и до сих пор переживает, реагируя на окружающих людей и обстоятельства так же, как тогда, когда белое легко становилось черным, а от любви до ненависти был всего лишь один шаг. Много статей и трудов посвящено проблемам подростков. Проводятся семинары и тренинги. Озабоченно рассуждают и принимают меры госструктуры. Но каждый раз, когда ребенок достигает определенного возраста (12–13 лет), «с ним становится трудно», и родители начинают беспокоиться. Так было всегда, сколько помнит себя человечество, так будет всегда, пока оно существует. Что же это, если не проблема, и как к этому относиться?

ГОРЕ ГОРЬКОЕ

У природы нет напрасных времен. Если говорить о подростковом возрасте — это время, когда юное существо набирает силы для взрослой жизни. Отдельной от родителей, самостоятельной. В это же время происходит интенсивная физиологическая перестройка организма, мощные гормональные всплески, а это, как известно, влияет на интенсивность переживания чувств. Что же представляет собой внутренний мир подростка? Как он видит реальность и что ему нужно? При всей своей внешней «наглости» и «вызывающем поведении» — так часто характеризуют это взрослые — в этот период жизни человек более раним, чем это

обычно бывает. В этот период он сам, не осознавая того, переживает одну из важных потерь. Он теряет детство. Он прощается с ним, и в первую очередь с тем, что приносило ему ощущение полной безопасности в этом мире. Он прощается с так называемым «всемогущим родителем». В детстве ребенок испытывает чувство стабильности, покоя и радости, когда родитель рядом. Он наделяет родителя свойствами волшебника. Для детской психики это необходимо. Уже во взрослой жизни это служит дальнейшему развитию личности. Ему кажется, что мама или папа могут все. Остановить дождь, если пришло время гулять, укротить сердитую Марию Ивановну в детском саду, сделать так, чтобы Петька из соседнего подъезда больше не лез драться, — всего не перечислишь! Но раз за разом приходит разочарование. Оно копится исподволь, постепенно и к началу подросткового возраста превращается в досаду и раздражение. Начинает рушиться великая иллюзия: «Они, оказывается, такие же, как все! Они просто обманывали меня...»



Всегда найдется реальная ситуация, в которой родитель повел себя не так, как хотелось бы подростку, и эта ситуация, а потом и ряд других, будут давать ему возможность вновь обижаться, раздражаться и чувствовать себя одним против всех, одиноким и в каких-то ситуациях беззащитным. И, конечно, составляющей частью этой эмоциональной гаммы будет в той или иной степени и ощущение отчаяния, потому что один, страх, что ему не справиться, да еще важное в подростковом возрасте стремление нравиться противоположному полу, стать в чем-то лучше других сверстников, и чтобы все это заметили. При этом внутри он жестко судит себя за любой промах. Что временами приводит его к горькой мысли — он хуже других. Каким бы он не был внешне — удачливым отличником, скорым на слово, или тихим троечником, хулиганом или старательным учеником, внутри он будет испытывать именно эти чувства и устремления. Прибавьте к этому еще и сильные переживания по поводу своей внешности. В этой ситуации «наглость» и «вызывающее поведение» часто являются отчаянной попыткой защититься от учителя, отчитывающего при всем классе, от родителей, читающих нотации и почти не видящих за этим его маленьких успехов, его интересов, его переживаний. Подобные ситуации подросток часто переживает как ситуации унижения и подтверждения его мыслей о том, что он хуже всех. Также в этом временном промежутке перед ним встают нештучные вопросы: «Можно ли теперь доверять кому-то и кому вообще доверять?»; «Когда и в чем можно доверять теперь родителям?» и вечный важный





вопрос, на который и взрослые-то не всегда могут легко ответить: «Чего я сам хочу от жизни?». И, конечно, в этот период времени подросток большего всего нуждается в том, чтобы значимые для него люди воспринимали его как «уже не маленького», способного на самостоятельные решения и действия, чтобы замечали плоды его усилий, учитывали бы его интересы, словом, уважали бы его как личность. Это ощущение, пусть шаткое, подросток чаще всего получает среди сверстников. В этом смысле образование подростковых компаний неизбежно и не может быть признаком того, что с подростком что-то не так. Это просто еще один признак подросткового возраста.

Но взрослые почему-то далеко не всегда делают то, в чем нуждается подросток. Почему? Что же «видят» они?

РОДИТЕЛИ ТОЖЕ ЛЮДИ

Ребенок приходит домой из школы или колледжа гораздо позже, чем «должен». Он (она) много времени проводит с непонятными друзьями, закрывшись в своей комнате. «Он прямым текстом отказался выполнять свои обязанности по дому, так и сказал, что не хочет. Это, наверное, все из-за компании, с которой он связался». Можно привести в пример тысячи других цитат из разговоров с родителями, но по сути своей они будут содержать со-

общение о том, что с ребенком что-то случилось: «Его как подменили». С ним невозможно спокойно разговаривать. Он все или почти все делает по-своему. Одевается ужасно, говорит гадости, поздно ложится, поздно приходит домой, стал хуже учиться, предпочитает друзей семье.

А он и вправду меняется. И совершенно непонятно, каков общий язык с этим новым, неизвестным пока человеком, который совсем еще недавно был вашим послушным ребенком. И очень тревожно. Это чувство тревоги похоже на то, которое посещало, когда, будучи ребенком, он бежал от вас в сторону проезжей части, навстречу мчащимся автомобилям. И хочется спасти его, как тогда, и все рассказать, заранее снабдив инструкциями из соб-

ственного опыта о том, что надо и что не надо делать. Но сейчас он не хочет слушать. И родительская тревога возрастает.

В этот период родитель тоже переживает потери. И первой из них является потеря собственного «всемогушества», того самого, которым ребенок наделил его когда-то. Привычка быть незыблемым авторитетом, который в конечном итоге убедит ребенка сделать «как надо», «как должно», со временем воспринимается как безусловное право: «Мы родили и воспитали его! И поэтому имеем право диктовать ему свои условия!», «Это просто неблагодарность какая-то!». Боль и отчаяние от детской «неблагодарности» в той или иной мере также являются приметой этого периода для родителей. Теперь этого изменившегося невозможно контролировать, невозможно оградить от необдуманных поступков и слов. В это время родители часто начинают пытаться вновь вернуть себе этот «всемогуший контроль», неосознанно провоцируя ребенка на необдуманные слова и поступки. Это делается под влиянием тревоги потери, если угодно, по сути, под влиянием тревоги смерти, т.к. переживание любой потери в жизни является отголоском страха смерти, а тут еще речь идет о своем ребенке! Меры следуют одна за другой, но иллюзия всемогушества все равно рушится. И чем жестче и сильнее будут приняты родителями меры, тем более сильный и жесткий отпор они будут получать от своего ребенка. В этом промежутке времени родители, так же как и дети, нуждаются в уважении и признании своих





интересов и заслуг, так как подобно своим подрастающим детям внутри тоже судят себя сурово, припоминая себе все родительские недочеты в прошлом. К тому же постепенно приходит понимание того, что дети «отделятся», и тогда родители окажутся наедине с собственной жизнью, со своими желаниями, в которых они себе уже привыкли отказывать. Оказаться лицом к лицу со своей отдельной от ребенка жизнью тоже тревожно, особенно для тех родителей, которые раз и навсегда решили, что дети — смысл их жизни.

ВРЕМЯ ДЕЛИТЬ ВЛАСТЬ

Пришла пора закончить войну не на жизнь, а на смерть, и с высоты своего родительского опыта, да и просто опыта уже прожитых лет посмотреть на себя реального. Может быть, обязательно всегда оставаться правым во чтобы то не стало? Разрешив себе потерять маленького инфантильного ребенка, вы сохраните и разовьете другие, не менее привлекательные отношения с уже подростком человеком. Давайте брать пример с детей, которые, как бы трудно им ни было, все же не «бегут» от этих трудных переживаний. Давайте вспомним, что у

взрослых тоже есть свои желания, которые мы долго не замечали, так как были слишком заняты родительскими обязанностями. Это время дается нам, чтобы, как и наши дети, стать более самостоятельными. Родительские руки уже свободны, больше никого пеленать не нужно! Каждый теперь может владеть только собой, и для того чтобы ваши отношения с вашими детьми оставались доверительными и не пришлось сетовать на собственную жизнь, необходимо подумать о том, за чем еще можно и нужно присматривать. Время возвращения домой, сделанные уроки, посещение учебного заведения, выполнение обязанностей по дому — это моменты, которые еще нуждаются в вашем внимании, то, что вы имеете полное право знать и требовать, но при этом необходима мера: нельзя запрещать подростку совсем выходить вечером на улицу с друзьями. Если для сверстников обычное время прихода домой — 11 часов вечера, возможно, вам стоит подумать о том, чтобы стать столь же демократичными. Не читайте нотаций о том, как он должен одеваться. В такой ситуации подростки выходят из положения, оставляя у друзей «запасной комплект» одежды. Он все равно будет носить то, что хочет.

Вспомните, куда вам давно хотелось бы «выйти», где вы давно не были (к друзьям, в театр, в кино, просто прогуляться), и делайте подобные вылазки хотя бы раз в неделю. Не подозревайте своих детей понапрасну в употреблении наркотических веществ. Своими действиями под влиянием этого страха вы действительно можете нечаянно, неосознанно подтолкнуть его к мысли, что, может быть, стоит попробовать. К тому же подобного рода подозрения и обвинения подростки воспринимают как оскорбления. Найдите в городе, чтобы меньше беспокоиться об этом, программу, направленную на профилактику наркомании и алкоголизма среди подростков. Почти в каждой из них предусмотрен цикл лекций для родителей. Послушайте эти лекции и общайтесь с консультантом, вы получите здравую информацию и немного успокоитесь. Будьте настойчивы и последовательны в том, чего вы требуете от подростка; прежде чем пообещать, подумайте, сможете ли вы это выполнить, даже если речь идет о наказании. Ваши пустые угрозы и неразумно жесткие поступки будут вызывать мощное противодействие. Найдите, пожалуйста, у себя пару недостатков (или спросите о них у своих близких, только не у детей, конечно), маленьких, которые не сильно влияют на жизнь других людей (например, привычка оставлять чашку из-под кофе на столе, кидать тапочки где угодно). Это будет трудно, потому что, как правило, мы, взрослые, люди очень правильные. Начинайте неукоснительно сии недостатки культивировать — тем самым вы дадите возможность своим детям повернуть на вас и со временем убедиться, что вы обычный, живой человек. При ворчании детей необходимо делать круглые глаза и невинную физиономию.

Помните: вам необходимо терпение, подростковый возраст — это не один день и не неделя. Искренне выражайте (называйте) свои чувства по поводу происходящего вместо нашей всегдашней привычки упрекать. Говорите о своих чувствах, а не о том, что ваш ребенок виноват в том, что вы их испытываете. И помните, что, по существу, в это время вы оба озабочены вопросом, как жить дальше.

ОБЖ

РАЗДЕЛ I
БЕЗОПАСНОСТЬ
ПОВСЕДНЕВНОЙ
ЖИЗНИ

КОТОРЫЕ ЖИВУТ НА КРЫШЕ

Романтика крыш была популярна, казалось бы, всегда, но сейчас желание молодых людей побыть Карлсонами становится все сильнее.

Которые живут на крыше 16

Почему подростки уходят из дома 12

Есть ли жизнь после каникул? 8

Пожар 4

Что может быть прекраснее, чем смотреть на город с высоты птичьего полета? Пусть и не самой высоко летающей, но все же. Многие школьники, судя по фотографиям в социальных сетях, считают так же. Правда, далеко не все родители знают об увлечениях своих детей. С каждым годом появляется все больше и больше экстремальных видов туризма, специфических увлечений среди молодых людей. Отчасти это обусловлено желанием выделиться, быть не таким, как все. При ближайшем рассмотрении, правда, оказывается, что «не такой как все» слишком уж похож на свое окружение.

Мы уже рассказывали о таком экстремальном развлечении, как зацепинг или трейнхоп — проезде снаружи поездов. Эта статья будет посвящена другому, более популярному, но столь же опасному увлечению — руфингу.

Руфинг (от слова *roof* — крыша) — это прогулки по крышам городских высотных зданий. Иногда руфингом считаются и любые прогулки по крышам. Людей, увлекающихся руфингом, называют руферами. Реже



встречаются названия «крышер» или «крышелаз». Суть одна и та же.

В городах существует огромное количество заброшенных зданий и строек, куда не составит труда пролезть, а также жилых домов с открытыми чердаками. Большинство школьников, особенно те, кто много времени проводят на улице, прекрасно знают географию открытых крыш своего района. Часто именно там проходит общение с друзьями.

Руфинг — явление довольно популярное, и не стоит думать, что

большинство руферов — это школьники, за которыми недосмотрели родители. Часть крышелазов — вполне взрослые люди, преследующие конкретные цели. Исходя из этих целей, руферов можно разделить на несколько категорий.

Тихий руфинг подразумевает проникновение на крышу традиционными способами — через чердаки, лестницы подъездов и люки. Это наименее опасный вид времяпрепровождения, поскольку многие крыши оборудованы заграждениями и случайное падение с них практически исключено. В случае тихого руфинга есть фактор недовольных соседей, которые могут вызвать полицию, однако если крышер совершеннолетний, не употребляет алкоголь, не буянит и не мусорит, то и предъявить ему будет нечего. Максимум — мелкое хулиганство.

Руферы-экстремалы предпочитают лазать на крышу более опасными способами — по пожарным лестницам и трубам, а потом могут путешествовать по соседним крышам, не спускаясь на землю.

Существует еще категория ар-руферов, поднимающихся на крышу ради вдохновения и романтики, устраивающих пикники на крыше. Они же устраивают фотосессии (иногда даже свадебные), концерты. Организаторы мероприятий на крышах называются event-руферами. Встречаются даже объявления о проведении экскурсий по крышам, правда, обычно это не самые опытные руферы, которые просто хотят заработать





на желании людей получить свою дозу адреналина.

Как и в любом относительно законном экстремальном увлечении, существует и незаконный его вид — инфильтрация. Люди, которые занимаются этим видом руфинга, проникают на объекты, нахождение на которых крайне нежелательно или запрещено. Это могут быть государственные учреждения, заводы, памятники или же заброшенные сооружения. За проникновение на такие объекты грозит серьезный штраф и долгий разговор с людьми в форме — не только полицейскими, но и представителями ФСБ, например. Но опытные руферы чаще всего занимают именно инфильтрацией. Ведь это увеличивает выброс адреналина и дает возможность увидеть то, чего не могут видеть остальные.

Есть молодые люди, которые занимаются руфингом в погоне за красивыми кадрами — именно в их блогах и на их страничках в социальных сетях мы встречаем огромное количество невероятных фотографий. Некоторые из известных блогеров руфингом занимаются вполне официально и поднимаются на крыши с разрешения владельцев зданий и де-

лают снимки, например, для рекламных кампаний.

Среди руферов есть даже свои легенды — люди, которым покорились крыши многих известных зданий, и не только в России, но и в мире. Многие из тех, кто про руфинг даже не подозревали, недавно услышали про звезду крышелазанья — Mustang Wanted. В социальных сетях он уже давно прославился своими видеороликами с висением на одной или двух руках на высоте без страховки.

Но широким кругам он известен, например, скандальными акциями с висением с файером на Троицком мосту в Петербурге и раскрашенной в цвета украинского флага звездой на котельнической высотке в Москве.

Его сайт начинается с такого предупреждения: «Все, что вы видите на фото и видеоматериалах, выполнено соответствующе подготовленными профессионалами. Настоятельно не рекомендуем повторять это самостоятельно, последствия могут быть смертельно опасными для вас». Это, правда, последователей не останавливает, многие хотят повторить его трюки.

Есть и международные достижения: руфер из Новосибирска Вадим Махоров вместе с москвичом Виталием Раскаловым залезли на Шанхайскую башню высотой более 600 м.

Иногда просто крыш для руферов оказывается недостаточно. Петербургский крышелаз Павел Гоголан, например, без страховки дошел примерно до середины Невского проспекта по проводам на высоте 25 м и вернулся обратно.

Руферов снимали с орла на доме Зингера, крыше Эрмитажа, с моста на острове Русский во Владивостоке. В общем, проще составить список зданий и сооружений, до которых руферы еще не добрались, чем тех, которые им уже покорились.

Стоит ли говорить, что вылазки на крыши для неподготовленных людей могут быть смертельно опасны?



Mikhail Varentsov / Shutterstock.com



Естественно, у руферов есть свои негласные правила, которые призваны максимально обезопасить вылазки. Приведем некоторые из них.

Во-первых, компания для посещения крыши должна быть не очень большой, ведь компании больше четырех человек привлекают внимание, и толпе почти невозможно попасть на крышу незамеченными. А, как вы понимаете, жители дома обычно не в восторге от посещения крыши неизвестными людьми.

Во-вторых, одежду для прогулки следует выбирать максимально удобную, не стесняющую движения. Кроме этого, нужно позаботиться и о голове. Ни один уважающий себя руфер не будет употреблять одурманивающие вещества, если хочет остаться в живых. Голова должна работать очень хорошо, а реакция не должна быть заторможена.

В-третьих, не надо хвататься друг за друга, бегать, толкаться, хвататься за неустойчивые карнизы, плохо за-

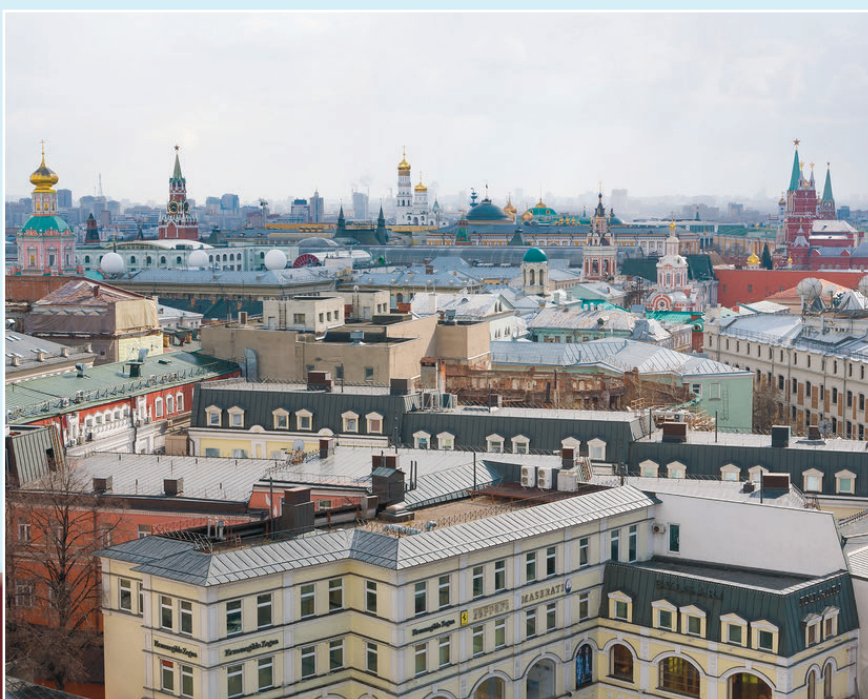
крепленные лестницы, неизвестные провода. Не делайте резких движений, не смотрите вниз, даже если не боитесь высоты — может закружиться голова. Малознакомых людей на такие вылазки вообще лучше не брать — от них зависит ваша безопасность.

После дождя или снегопада на крыше тоже лучше не лезть — сцепление подошвы обуви с мокрой поверхностью крыши гораздо хуже, чем с сухой, значит, уровень опасности значительно увеличивается.

Что касается уважительного отношения к себе и окружающим, то ни один адекватный руфер не будет срывать замки и делать большие дырки в сетке для проникновения наверх, они ведут себя так, чтобы не нанести урон ни себе, ни окружающей обстановке, ни жителям дома. Естественно, на крыше не надо шуметь, хулиганить, пьянствовать, оставлять после себя мусор.

В общем, руфинг может быть безопасным, интересным и абсолютно легальным увлечением, но только в том случае, если к нему хорошо подготовиться. В противном случае путешествие по крыше может быть последним в жизни.

ОБЖ



Татьяна Вилимовна ДАРНОПЫХ,
учитель истории и обществознания,
Наталья Александровна СИЗЯНОВА,
учитель географии,
МБОУ «Гимназия № 7», Красногорский р-н, Московская обл.

ПРОБЛЕМЫ ЭКОЛОГИИ

Экология — понятие настолько многоплановое, что охватить его в одном и даже в нескольких уроках очень сложно. На помощь учителю приходит спасительная технология — работа в группах.

РАЗДЕЛ
III
БЕЗОПАСНОСТЬ
ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ
СИТУАЦИЙ

Проблемы экологии 20

Костер как способ подачи сигнала бедствия 24

Погром на крыше мира 28

Ход урока

ЦЕЛИ:

- дать представление об экологической ситуации в мире, стране, крае;
- подвести учащихся к мысли, что мир стоит у критической черты, иллюстрируя это утверждение конкретными примерами;
- продолжить формирование критического мышления, умения нестандартно решать поставленные задачи, аргументировать свою позицию;
- формировать активную позицию по охране окружающей среды.

ТИП УРОКА:

изучение нового материала.

ФОРМА:

лекция с элементами дискуссии и беседы.



ПЕРВАЯ ГРУППА

На основе текста учебника и дополнительной литературы учащиеся формулируют определение понятия «экология», знакомят класс с историей возникновения науки экологии.

Уровень влияния человека на окружающую среду зависит в первую очередь от технической оснащенности общества. Научно-технический прогресс существенно увеличивает масштабы влияния общества на природу, ставит перед человечеством ряд новых, чрезвычайно острых проблем, в первую очередь — экологическую.

Что такое экология? Этот термин впервые употребил в 1866 году немецкий биолог Эрнст Генрих Геккель

ЭПИГРАФ:

Мир достаточно велик, чтобы удовлетворить потребности какого-либо человека, однако слишком мал, чтобы удовлетворить человеческую жадность.

М. Ганди

(1834—1919), назвав экологию наукой о взаимоотношениях живых организмов с окружающей средой. Ученый считал, что новая наука будет исследовать отношения животных и растений, среду их обитания. Термин прочно вошел в нашу жизнь в 70-х годах XX века. Однако сегодня мы фактически говорим о социальной экологии — науке, которая изучает проблемы взаимодействия человечества и окружающей среды.

ВТОРАЯ ГРУППА

На основе текста учебника и дополнительной информации учащиеся выделяют основные экологические проблемы современности.

Сегодня экологическую ситуацию в мире можно охарактеризовать как близкую к критической. Среди глобальных экологических проблем следует назвать следующие:

- продолжается уничтожение тысяч видов растений и животных;
- в значительной мере уничтожен лесной покров;
- стремительно сокращаются запасы полезных ископаемых;
- Мировой океан истощается в результате уничтожения живых организмов, загрязняется;
- на многих территориях атмосфера загрязнена до критического уровня, чистый воздух становится дефицитом;





- частично разрушен озоновый слой планеты;

- загрязнена поверхность Земли, изменены природные ландшафты.

Пагубность потребительского отношения человека к природе очевидна. Для человечества становится жизненно необходима смена самой философии отношения к природе.

ТРЕТЬЯ ГРУППА

На основе текста учебника и дополнительного материала учащиеся выделяют плюсы и минусы влияния человека на природу.

Между понятиями «природное» и «общественное» нет пропасти, общество остается частью большого целого — природы.

Человек живет на Земле в границах ее тонкой оболочки — географической среды. Она является зоной пребывания человека и сферой применения его сил. Со времени своего возникновения человеческое общество подчинило окружающую среду, используя достижения предыдущих эпох, и в свою очередь передало ее в наследство будущим поколениям. Человек не только переместил в другие климатические условия различные виды растений и животных, но и изме-

нил их. Влияние общества на природу обусловлено развитием материального производства, науки и техники, общественных потребностей, а также характером общественных отношений. Если лишить современную географическую среду ее особенностей, созданных трудом многих поколений, и поставить современное общество в исходные природные условия, то оно не сможет существовать, потому что человек геохимически преобразил мир, и этот процесс уже необратим.

В свою очередь географическая среда оказывает значительное влияние на развитие общества. Человеческая история — наглядный пример того,

как условия среды и очертания поверхности планеты способствовали (или, наоборот, препятствовали) развитию человечества. Если на Крайнем Севере человек вырывает у негостеприимной суровой природы средства существования ценой значительных усилий, то в тропиках нетронутая пышность природы создает благоприятные условия для человека. Географическая среда, как условия хозяйственной деятельности общества, влияет на хозяйственную специализацию стран и регионов.

Природная жизнь общества не ограничивается только географической средой. Качественно другой средой его жизни является сфера всего живого — биосфера, которая включает населенную микроорганизмами поверхность земли, воды рек, морей и океанов, а также нижнюю часть атмосферы. История жизни на нашей планете свидетельствует, что существенные преобразования уже происходили неоднократно, и качественная перестройка биосферы приводила к исчезновению определенных видов животных и растений и появлению новых. Процесс эволюции биосферы имеет необратимый характер, в состав биосферы, кроме растений и животных, включено и человечество, которое в последнее время оказывает интенсивное влияние на нее в результате невиданного ранее развития науки и техники.

(См. Презентации групп в Личном кабинете.)

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ УРОКА

ОБЖ





КОСТЕР КАК СПОСОБ ПОДАЧИ СИГНАЛА БЕДСТВИЯ

РАЗДЕЛ II

БЕЗОПАСНОСТЬ
ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ
СИТУАЦИЙ

*Одним из жизненно важных навыков
в походе является умение подать
сигнал бедствия.*

Костер как способ подачи сигнала бедствия 24

Проблемы экологии 20

Погром на крыше мира 28

В числе игр на знакомство, проводимых в коллективных тренингах, есть игра «Я иду в поход». Участники должны по очереди представиться и сообщить, что они берут в поход. Например: «Меня зовут Нина. Я иду в поход и беру с собой нож». Все последующие участники должны называть всех предыдущих и те предметы, которые они «взяли» с собой. Встречались мне «походники», которые брали с собой совершенно невероятные предметы, например, мальчик Дима, который взял с собой в поход дерево. Зато была и девочка Света, которая взяла с собой сигнальные средства.

Это, конечно, всего лишь игра. Но в жизни сообразительные «девочки Светы» встречаются гораздо реже, чем «мальчики Димы», поэтому среди довольно большой группы туристов может не оказаться ни одного человека, который умел бы подавать сигнал бедствия.

В книге А. Ильина «Школа выживания при авариях и стихийных бедствиях» описывается такой случай: «Группа туристов сбилась с маршрута. Недельное блуждание по тайге ни к чему не привело — тропа не находилась. Несмотря на строгую экономию, запас продуктов истощался. Положение становилось угрожающим. Несколько раз над тайгой пролетали самолеты. Туристы кричали,



размахивали над головами куртками, но их никто не слышал и не видел. Отчаянию людей не было границ. Наконец они решились на безумный шаг — подожгли тайгу.

Пожар заметили. С самолета сбросили пожарный десант. Только через неделю удалось остановить огонь. Еще неделя ушла на подавление очагов пожара. В итоге сгорело несколько сотен гектаров леса, погибли тысячи животных, сгорели небольшая деревня, расположенная среди леса, и несколько лесных кордонов, несколько пожарных получили тяжелые ожоги, один погиб. Только прямые убытки от пожара составили несколько миллионов рублей.

При разборе происшествия выяснилось, что поджегшие лес и спасенные пожарными туристы не дошли до населенного пункта буквально нескольких километров...

— Мы только хотели подать сигнал бедствия, — оправдывались туристы.

Опрос выявил, что ни один из участников похода не имел ни малейшего представления о способах подачи аварийных сигналов. Но за их невежество, увы, пришлось расплачиваться совсем другим людям».

Между тем почти любой сигнал, повторенный шесть раз, может послужить сигналом бедствия. В разных ситуациях это могут быть разные сигналы — и костры, и свистки, и вспышки света, и даже выстрелы. При использовании световых и звуковых сигналов нужно делать минутные интервалы между сериями сигналов.

Что касается костров, то согласно общепризнанным международным сигналам бедствия, чтобы было понятно, что вы оказались в беде, костров должно быть три. Если топливо у вас есть в очень ограниченном количестве, вы получили серьезную травму или по другим причинам не можете заняться организацией трех костров, используйте только один ваш лагерьный костер. Если вас ищут, он тоже подскажет спасателям, где вы находитесь.

Конечно, разведение трех костров не всегда представляется возможным, но если все-таки возможность есть, то стоит попытаться. Идеальный вариант, если вы сможете расположить





костры в форме равностороннего треугольника. Во-первых, тогда сразу будет понятно, что они тут не просто так горят, а во-вторых, это облегчит проблему снабжения их топливом.

Если равносторонний треугольник не получается, сделайте любую другую фигуру — с условием, что должно быть заметно, что костры явно отделены друг от друга.

Теперь о месте разведения сигнального костра. Запомните, что костер, который горит между деревьев, будет почти незаметен — крона заслонит его. Раскладывайте костры на открытых местах — поищите полянку поблизости.

В любом случае позаботьтесь о пожарной безопасности. Находясь среди растительности или рядом с деревьями, сделайте вокруг каждого костра земляной вал, чтобы огонь не распространился. Выжить в условиях лесного пожара гораздо сложнее, чем в условиях просто леса.

Как известно, у потерявшихся в лесу, или потерпевших кораблекрушение, или по другим причинам оказавшихся в экстремальной ситуации людей свободного времени не

так и много — они все время заняты делом, ведь чтобы выжить, нужно не только сигнал бедствия подать, но и укрытие построить, еду добыть, воду найти. В связи с этим нужно рационально подходить к распределению времени и ресурсов.

У вас может не быть возможности все время жечь сигнальные костры, но они должны быть сложены, укрыты, чтобы топливо оставалось сухим, и готовы к своевременному разжиганию в тот момент, когда появится пролетающий самолет. Чтобы костер быстро разгорелся, его нужно сложить из большого количества легко воспламеняющегося трута, растопки, бересты, даже сухой травы.

В качестве растопки можно привлечь различное горючее топливо — бензин, керосин, жидкость для розжига. Нужно помнить, что непосредственно на костер это лить нельзя. Все помнят кадры из фильмов с горящей дорожкой бензина? А у вас канистра в руках.

В качестве фитиля можно использовать кусок ткани, тряпку. Ее нужно пропитать горючим и положить на растопку костра. После чего

отнести канистру подальше от костра и только потом поджигать собранную конструкцию.

Даже у профессионалов костры не всегда загораются с первого раза. Помните соревнования «я зажгу костер с двух спичек»? Так вот, если костер не загорелся с первого раза, разгребите растопку и убедитесь в отсутствии тлеющих угольков, искр, прежде чем добавлять бензин или другое горючее.

В качестве площадки и одновременно топлива для костра можно использовать отдельно стоящие деревья. Огонь надо развести между ветками. В качестве растопки для такого костра можно использовать сухие прутья, птичьи гнезда и все то, что обычно используется для разжигания костров на земле. Сигнальный костер-дерево далеко заметно, а горящая крона дает много дыма. Если дерево мертвое, сухое, то его можно поджечь у основания. Такой сигнальный костер горит долго, заметен издали, в общем, на первый взгляд имеет одни сплошные плюсы.

Самым существенным минусом такого костра является большой риск спровоцировать лесной пожар. Особенно этот риск увеличивается при сильном ветре. Поэтому нужно быть крайне осторожным при разведении любого костра, а такого — в особенности.

Огонь грамотно сложенного на нужном месте костра может быть виден за километры, а именно это вам и нужно, чтобы вас заметили.

Вообще большинство экспертов в области выживания советуют использовать все имеющиеся подручные средства для повышения шансов выживания. Во-первых, в экстремальной ситуации у вас не так много ресурсов, которые можно использовать. Во-вторых, никогда точно не известно, сколько придется ждать помощи — сутки, трое, неделю или две.

Если в лес или поле вы попали не пешком, то можно устроить костер на куске металла, обломке от самолета или другого транспортного средства. Металл поможет изолировать топливо от сырой земли. К тому же разогретый металл усиливает конвекцию, что сделает пламя ярче, а

если металл вы сможете еще и отполировать подручными средствами, то он будет добавлять яркости и в качестве отражателя. Три таких сигнала, замеченных с воздуха, будут безошибочно признаны сигналом бедствия.

В некоторых случаях целесообразно делать упор не на огонь и его яркость, а на дым. Хотя, как известно, нет дыма без огня, и костер для дыма все равно нужен.

В дневное время дым является в некоторых случаях даже лучшим сигналом, чем огонь, поэтому имейте хороший запас дымно горящих материалов в полной готовности для помещения их в костер. Помните, как в городе можно заметить пожар за несколько километров и среди высотных зданий? По дыму.

Дым в зависимости от горючего может иметь разный цвет. Соответственно, ваша задача — найти и подобрать материал для горения так, чтобы цвет дыма хорошо выделялся на окружающем фоне.

Светлый дым хорошо выделяется на фоне темной земли или темного леса. Он образуется при горении зеленой травы, листьев, мха и папоротника, лапника. Любой влажный, но не мокрый материал даст много дыма.

Можно также использовать влажные подстилки, чехлы и обивку автомобильных сидений, которые будут дымить еще и долго. Одновременно это будет отгонять насекомых. Чтобы получить темный дым, который лучше всего виден на фоне снега или песка, используйте резину или мазут.



Только не стоит дышать этим дымом в большом количестве. При горении синтетических материалов часто образуются токсичные соединения, которые могут стать причиной отравления. Для открытой местности это, конечно, маловероятно, но рисковать не стоит — кто знает, как отреагирует ослабленный организм на подобное «нападение», а аллергическая реакция — самое безобидное, что может быть.

В некоторых случаях дым может стелиться по земле, например, из-

за высокой влажности воздуха. Это, кстати, может говорить о приближающемся дожде, если была ясная погода. В таком случае сделайте костер больше, чтобы увеличить его жар. Тепловое перемещение воздуха поднимет дым на достаточную, чтобы было заметно, высоту.

Дым выполняет не только сигнальную функцию, показывая, где вы находитесь, но также указывает направление ветра у земли. Костер делайте так, чтобы дым уходил в сторону от посадочной площадки и тех сигналов, которые выложены на земле, чтобы он их не загораживал. Впрочем, если ветер меняется часто, то не стоит каждый раз переносить костры согласно изменениям его направления.

Костры часто незаменимы в условиях экстремальной ситуации. Они помогут согреться, приготовить пищу и подать сигнал бедствия. Но помните, что огонь может не только нести жизнь, но и отнимать ее. Опасность лесного пожара всегда будет рядом с разведенным костром, поэтому надо быть очень осторожным, чтобы не спровоцировать еще большую беду.

ОБЖ



ПОГРОМ НА КРЫШЕ МИРА

РАЗДЕЛ II БЕЗОПАСНОСТЬ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

В апреле этого года в Непале произошло одно из сильнейших землетрясений. Его магнитуда составила 7,8 баллов. Погибло около 7,5 тыс. человек. Уменьшилась высота Эвереста. Перед нами — свидетельство очевидца, нашего соотечественника, написанное искренне и эмоционально. Это не профессиональный репортаж, а документ эпохи. Чем он, собственно, и ценен.

Костер как способ подачи сигнала бедствия 20

Погром на крыше мира 28

30 апреля мы с женой Катей вернулись домой после поездки в Непал.

До этого мы за месяц успешно прошли в горах намеченный маршрут и 24 апреля прилетели в Катманду, чтобы еще пару недель осматривать достопримечательности, отведаться вкусностями, а также отпраздновать день рождения супруги и годовщину свадьбы.

Утром 25 апреля, выполнив культурную программу, купили к обеду дыню с арбузом и возвращались в наш Guest House в районе Тамель.

В момент первого, самого сильного толчка мы находились на достаточно узкой (однополосной) улице. Продолжался он около минуты. Мы упали на землю, прикрыли головы руками, а вокруг раскачивались дома. Уже потом стало понятно, что безопасней было забежать в дом, а не лежать на улице, так как домов развалилось все-таки немного, а вот кирпичей/балконов/камней упало достаточно, убив и ранив значительное число людей. Хотя соотечественники рассказывали, что у них «сложилось» семиэтажное здание, со второго этажа которого они успели выбежать на улицу, отделившись слоанными ступнями.

Страшно было очень, но сначала мы не оценили неординарность землетрясения, считая, что местные к такому привычные. Быстро пошли к гостинице, так как возле нее расположена небольшая площадь, подальше от зданий. Что удивительно, при последующих толчках женщины в основном молчали, а некоторые мужчины просто визжали. Мимо прошел мужчина с разбитой головой, потом пронесли труп. Пробыв какое-то время на площади, мы решили покинуть это место, т.к. общая атмосфера страха вызывала сильный дискомфорт. По счастью, в нескольких сотнях метров мы наткнулись на школу с огромным двором — заготовкой стадиона. До зданий было далеко, потому место абсолютно безопасное, и следующие три часа при частых повторяющихся толчках мы провели там.

В принципе уже стало ясно, что если при первом сильном толчке целостность здания сохранена, то у него



есть большой шанс устоять при последующих менее мощных толчках.

Но хозяин гостиницы считал иначе и, закрыв вход внутрь, сам стоял на площади. На вопрос, когда можно будет вернуться, ответил, что после правительственного распоряжения. По наивности мы поверили ему, но попросили на время открыть вход, чтобы взять теплые вещи (ночами весьма прохладно). Пока мы забирали вещи, он трясся внизу как заяц, регулярно крича, чтоб мы спускались (наша комната была на четвертом этаже). Покинув узкие улочки Тамеля, мы пошли

на большую открытую площадку, так называемый Ратна-парк, хоть и без деревьев.

Стемнело, в парке стало неудобно: холодно, народу все прибывало, а местная молодежь совсем не выглядела доброжелательной. Решили вернуться в гостиницу, но не тут-то было: она оказалась запертой, а хозяин свалил в неизвестном направлении, выключив мобильник. Сидеть на площади было ненамного лучше, чем в Ратна-парке, я уговорил Катю пойти найти работающую отель. На улицах, несмотря на поздний час, встречалось



много иностранцев, которых, видно, как и нас, не пускали внутрь. Нам повезло, и мы нашли комнату в Chill Out Resort, где и переночевали.

Утром мы вернулись к Stupa Guest House, где остался почти весь багаж. Хозяина так и не было, но хотя бы удалось до него дозвониться. Минут через 10 он приехал на мотоцикле выспавшийся, вымытый и довольный собой. Забрали вещи и пошли заселяться в Chill Out Resort, после чего пошли смотреть, что и как.

Основная проблема, возникшая перед нами — питьевая вода и еда. Ресторанчики были закрыты все поголовно, с трудом нашли работающую лавку, где купили воду и печенье с шоколадками. Ближе к вечеру наткнулись на работающий китайский супермаркет с чуть более богатым ассортиментом, а главное, у них работала точка питания, где удалось поесть горячей еды: рис с яйцом.

В последующие дни открывались новые магазинчики, 28-го вечером открылся один ресторан в Тамеле (с сильно уменьшившимся ассортиментом), но было заметно, что точки, открывавшиеся раньше, быстро истощали свой запас, особенно питьевой воды. Никто не пытался нажиться на случившемся: воду можно было, как и до катаклизма, купить за 20 рупий (10 рублей) литр. Но удручало почти полное бездействие как властей, так и местного населения, сидевшего по открытым местам и ничего не делавшего. Ведь снабжение само по себе не восстановится.

Позже один из сотрудников нашего посольства сказал, что в более удаленных районах, где запасов особо не было, непальцам выдавали в день по пачке лапши, и все. Снабжение долины Катманду с населением 6 млн человек осуществляется по двум дорогам, частично поврежденным землетрясением, но, что важнее, никто возобновлением этих поставок не занимался.

27 апреля мы переехали в лагерь для россиян, расположившийся во дворе Российского центра науки и культуры (RCSC), юридически относящегося к посольству, но физически находящегося в другой части города. Лагерь хоть и считался российским, но на самом деле в помощи там не от-

казывали никому из стран СНГ, даже было несколько человек из Израиля, Франции и один кениец.

В это время уже стало известно, что самолеты МЧС в Дели ждут разрешения непальских властей на посадку. Одновременно наши дипломаты пытались решить вопросы, связанные с вывозом нас на Родину, что давалось им с большим трудом: все непальские правительственные здания закрылись на неделю, работники ведомств работали на улицах и площадях возле своих учреждений. Понятно, что в такой обстановке качество работы и оперативность были соответствующими.

Сотрудники нашего посольства работали на износ, и результат был достигнут: 28 апреля было получено разрешение на посадку двух самолетов МЧС с правом последующей эвакуации граждан России. Ночью 29 апреля нас привезли в аэропорт. Оказалось, что в здание пускают только пассажиров, у которых уже началась регистрация на рейс. Множество иностранцев ожидало вылета на траве вокруг аэропорта. Пройдя все процедуры, мы сели ожидать прилета наших самолетов. В пять утра приземлился первый борт, а через несколько минут — и второй.

Была произведена оперативная выгрузка оборудования и прилетевших спасателей (при этом, по словам наших дипломатов, растаможка груза и выдача виз роте МЧС осуществлялась за российский счет). После чего нас оперативно загрузили в самолет, и мы покинули Непал.

Затем была четырехчасовая стоянка в Дели, где самолет заправили, провели техобслуживание, а нас неожиданно покормили, потом почти семичасовой перелет в Москву, где нам повезло купить дешевые билеты до Иркутска, и 30 апреля мы уже были дома.

Мы с Катей хотим выразить огромную благодарность всем сотрудникам посольства, работавшим над нашей эвакуацией; руководителям Российского центра науки и культуры в Катманду и, конечно, МЧС.

И еще — первый раз в жизни мы ощущали, что небезразличны своему государству. Это многого стоит.

(Фото автора)



РАЗДЕЛ
III
БЕЗОПАСНОСТЬ
ЗДОРОВЬЯ

Людмила Николаевна ХАМУЛКА,
учитель ОБЖ МБОУ «Одинцовская СОШ № 1»,
г. Одинцово, Московская обл.

ВИЧ-ИНФЕКЦИЯ — БОЛЕЗНЬ ВЕКА

Есть темы, затрагивать которые как-то неловко, да и не очень хочется. Тем не менее жизненно важно говорить об этом. Особенно в старших классах.

ВИЧ-инфекция — болезнь века 32

Первая помощь при отравлении 38

Ароматизаторы, идентичные натуральным 42

ЦЕЛЬ:

Сформировать у учащихся необходимые знания о проблеме вируса иммунодефицита человека и личной ответственности за свое здоровье.

ЗАДАЧИ:

- показать учащимся темпы распространения ВИЧ;
- акцентировать внимание учащихся на том, что более половины случаев ВИЧ-инфицирования в мире приходится на подростков и молодежь;
- показать, что основными причинами ВИЧ-инфицирования подростков и молодежи являются употребление наркотиков и половые связи;
- обеспечить учащихся информацией в доступной форме, дать подробное представление о том, что такое вирус иммунодефицита человека и синдром приобретенного иммунодефицита;
(См. Презентацию в Личном кабинете.)
- убедить учащихся в опасности болезни и личной ответственности каждого человека за свое здоровье;
- создать условия для одновременного получения информации и обсуждения неясных моментов, с тем чтобы закрепить полученные знания, формировать навыки безопасного поведения;
- формировать мотивацию к сохранению собственного здоровья;
- обучить умению определять ситуации, опасные для жизни и здоровья.

ОБОРУДОВАНИЕ:

компьютер, мультимедийный проектор, экран, тесты, ноутбук, калькуляторы, плакаты.



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:

Учащиеся:

- осознают необходимость борьбы с ВИЧ;
- поймут важность информированности молодежи о проблемах, связанных с ВИЧ-инфекцией;
- проникнутся ответственностью за свое здоровье и здоровье окружающих людей.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА:

- проведение предварительного тестирования учащихся;
- подбор материала и создание видеопрезентации;
- подготовка учащимися сообщений по темам «История болезни», «Статистика заболеваемости»;
- изготовление плакатов.

УРОВНИ УСВОЕНИЯ:

Представление	Сформировать представление учащихся о происхождении вируса иммунодефицита человека, о способах его передачи, течении болезни, способах защиты и мерах профилактики. Сформировать представление о том, что распространение ВИЧ-инфекции приобрело масштабы эпидемии, которая может затронуть любого человека
Отношение	Формировать активную позицию в пропаганде здорового образа жизни
Стратегия поведения	Формировать активную жизненную позицию, направленную на избегание поведенческих рисков, связанных с возможностью заражения ВИЧ-инфекцией

ход урока



I. ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Учитель:

— Одна из самых больших проблем, которую XX век передал веку XXI — это проблема ВИЧ-инфекции и СПИДа. Исследователи во многих странах стараются найти способ радикального лечения вируса иммунодефицита человека, и сегодня существуют некоторые основания для оптимизма: расшифрован геном вируса, известно, как он попадает в организм человека, как прикрепляется к лимфоцитам, что происходит внутри зараженной клетки и многое другое. Сделанные открытия позволили создать лекарства, сдерживающие распространение вируса. Однако на сегодня эти лекарства лишь помогают отсрочить неизбежную победу вируса. Средства, уничтожающего вирус, пока нет. Кроме того, вирус приспосабливается к лекарственным препаратам, он изменяется, образуя новые разновидности самого себя.

Сегодня главным фактором сдерживания развития эпидемии может стать лишь изменение поведения человека. Это очень непросто, поскольку поведенческие стереотипы формируются довольно долго и на них влияет множество факторов. Еще труднее менять представление о правильном и безопасном поведении в интимных областях жизни. Эта часть человеческого существования табуирована, в обществе считается неприличным обсуждать вопросы сексуальности прилюдно, разве что в биологическом или медицинском контексте или в анекдотах. Тем более трудно обсуждать вопросы сексуальности с подростками. Взрослым людям непросто узнать, какие проблемы актуальны для каждого конкретного юноши или девушки. Кто-то из них придерживается

строгих взглядов по отношению к возможности сексуальной жизни, кто-то, напротив, считает, что сексуальную жизнь вполне допустимо начинать в раннем подростковом возрасте. Коль скоро существует опасность распространения эпидемии ВИЧ-инфекции и подростки являются наиболее уязвимой группой, то мы с вами должны постараться изменить свое мышление и поведение и тем самым уменьшить риск возможного заражения ВИЧ.

Далее учитель приглашает учащихся посмотреть презентацию.

(См. Презентацию. Слайды № 1–2.)

Учитель:

— Слово «вирус» — латинское, а что же оно означает в переводе на русский язык?

Учащиеся:

— «Яд».

II. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

(См. Презентацию. Слайды № 3–4.)

Сообщение учащихся об истории возникновения СПИДа.

(См. Презентацию. Слайд № 5.)

Сообщение учащихся о статистике заболеваемости

(См. Презентацию. Слайды № 6–7.)

Слово учителя биологии.

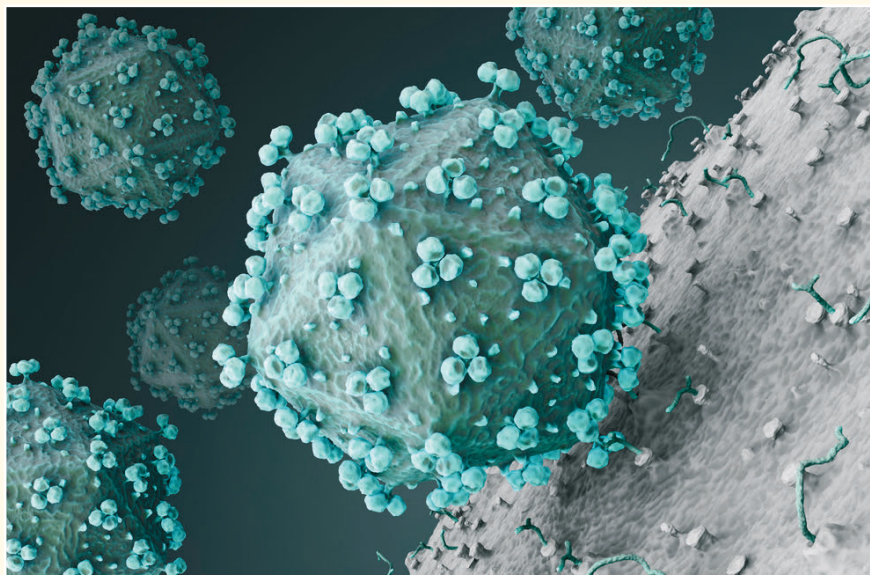
(См. Презентацию. Слайды № 8–13.)

ВИЧ-инфекция — это длительное хроническое заболевание, которое долгие годы после заражения протекает незаметно, внешне никак не проявляется и не вызывает никакого беспокойства у человека. Поэтому заболевание выявляется либо на поздних стадиях развития, либо случайно при анализе крови.

Возбудителем ВИЧ-инфекции является вирус иммунодефицита человека, или ВИЧ. Это нестойкий вирус, воздействие воздуха и солнца убивает его, вызывая высыхание жидкости, он практически сразу погибает при кипячении, обработке дезрастворами, перекисью водорода, йодом и даже водой с мылом. Вирус гибнет при температуре 56 °С в течение 50 минут.

Вызывается ВИЧ вирусом Т-лимфоцита иммунной системы человека, который попадает в здоровую клетку и внедряется в ее генную структуру.

ВИЧ принадлежит к семейству ретровирусов. Известно две его модификации: ВИЧ-1 и ВИЧ-2.



ВИЧ-2 имеет сходные свойства с ВИЧ-1 и распространяется теми же путями, однако имеет меньшую способность к распространению и меньше разрушает иммунную систему.

Для ВИЧ-1 характерна выраженная мутационная изменчивость, т.е. проникший в организм человека вирус постепенно меняется. Одновременно прогрессирует нарушение иммунной системы.

ВИЧ-инфекция — это болезнь, характеризующаяся медленно прогрессирующим дефектом иммунной системы, который приводит к гибели больного от вторичных поражений, описанных как синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД).

Иммунодефицит — потеря организмом способности сопротивляться любым инфекциям и восстанавливать нарушения функций органов.

ВИЧ относится к инфекциям, которые живут только в организме человека, а точнее в определенных жидкостях организма. Во внешней среде вирус иммунодефицита человека быстро разрушается.

ВИЧ содержится во всех жидкостях организма, однако лишь в некоторых из них он содержится в таких больших количествах, что возможна его передача другим людям. Эти жидкости называются инфекционно-опасными.

К ним относятся:

- кровь;
- выделения половых органов;
- грудное молоко.

Несмотря на длительное течение ВИЧ-инфекции, в развитии заболевания можно наблюдать отдельные стадии:

1. Стадия инкубации (три недели — три месяца, иногда до года): от момента заражения до появления первичных симптомов или выработки антител. Диагноз на этой стадии невозможно поставить даже лабораторным методом. Еще эту стадию называют «периодом окна».

2. Стадия первичных проявлений: первичный ответ (общая продолжительность — до одного года).

На этой стадии имеют место кратковременные проявления болезни, такие как температура, сыпь, диарея, боли в горле, увеличение периферических лимфоузлов. Симптомы могут напоминать менингит, мононуклеоз или краснуху.



3. Субклиническая стадия (шесть-семь лет): медленное нарастание иммунодефицита, но внешних проявлений может не быть вовсе. Человек чувствует себя абсолютно здоровым.

4. Стадия вторичных заболеваний: развивается через 6–12 лет от момента заражения и характеризуется явными проявлениями болезни. У больного могут наблюдаться: значительная потеря веса, грибковые, вирусные, бактериальные поражения кожи и слизистых оболочек, опоясывающий лишай, повторные фарингиты, синуситы, пневмония. А также туберкулез легких, саркома Капоши. Позже развиваются тяжелые инфекционные и онкологические заболевания различных органов и систем.

5. Терминальная стадия — финал ВИЧ-инфекции, когда больной погибает от вторичных заболеваний.

Продолжительность заболевания в целом и на отдельных стадиях у каждого человека могут быть различными. Многое зависит от отношения ВИЧ-инфицированного к своему здоровью.

Известны случаи, которые свидетельствуют о продолжительности жизни ВИЧ-инфицированных более 16 лет на третьей и четвертой стадиях при правильном питании и профилактическом приеме медикаментов под наблюдением врачей.

Учитель ОБЖ:

— Согласно оценкам ВОЗ (Всемирной организации здравоохранения) и Объединенной программы ООН по СПИДу (UNAIDS), в конце 2007 года более 40 млн человек по всему миру были инфицированы ВИЧ. Мы редко задумываемся над этими страшными цифрами и факта-

ми, ведь то, о чем они говорят, мы не видим и не можем потрогать руками. Но тем не менее это происходит на нашей планете, в нашем городе. Болезнь распространяется и в какой-то момент может коснуться лично вас...

(См. Презентацию. Слайды № 14–24.)

Проблемная ситуация (письмо ВИЧ-инфицированного):

«Меня зовут Н. Катаясь летом на мотоцикле, я попал в аварию. В больнице мне сделали операцию. Во время переливания крови я заразился ВИЧ, но тогда об этом я не знал. Когда проходил призывную комиссию в военкомате, у меня был обнаружен ВИЧ. Медсестра, зная о моей беде, рассказала эту “новость” своим знакомым. А так как город у нас маленький, все вокруг быстро узнали о моей болезни. Все друзья перестали со мной общаться. При встрече не подают мне руки, стараются отойти в сторону. Моя любимая девушка бросила меня, хотя половой жизнью мы с ней не жили. Знакомые ребята сказали, что таких как я надо отправлять на отдельный остров. Учителя и одноклассники сторонятся меня. Директор предложил перейти в другую школу. Так как моя мама работала в детском саду воспитателем, ее уволили, опасаясь инфекции. Я пытаюсь устроиться подрабатывать, но, как только узнают о моем диагнозе, мне отказывают в трудоустройстве. У меня начались проблемы со здоровьем, но в местной поликлинике говорят, что больных СПИДом должны лечить в специальном центре за деньги, а их у меня нет. Я на грани отчаяния. Помогите. Ведь я остался таким же человеком, как и был прежде».

Учитель:

— Люди очень боятся этого заболевания и поэтому устраивают настоящую травлю больных. Как же мы должны относиться к ВИЧ-инфицированным?

Ученики:

— Необходимо воспитывать в людях терпимое и внимательное отношение друг к другу, проявлять милосердие и сострадание.

Учитель:

— Давайте попробуем ответить на некоторые проблемные вопросы.

Работа в группах

Запишите вопросы и дайте на них письменные ответы:

- 1) Почему люди негативно относятся к ВИЧ-инфицированным?
- 2) Попробуйте им объяснить, что они не правы.

3) Что нужно делать, чтобы помочь ВИЧ-инфицированным?

Выступление руководителей групп.

Ответы

1) Почему люди негативно относятся к ВИЧ-инфицированным?

Потому что:

- боятся заразиться;
- не обладают достаточной информацией;
- так к ним относятся другие;
- считают, что ВИЧ-инфицированные заслужили такое отношение своим аморальным поведением.

2) Попробуйте объяснить, что негативно относящиеся к ВИЧ-инфицированным не правы.

- ВИЧ-инфекция не передается бытовым путем;
- вы имеете неправильные представления об этой проблеме и рассуж-

даете так: на всякий случай не буду общаться, а то вдруг заражусь;

- вы идете по пути наименьшего сопротивления, поддаетесь «чувству стадности»;

- заразиться можно разными путями, в том числе и нравственно не порицаемыми: переливание крови, от матери к ребенку и т.д.

3) Что нужно делать, чтобы помочь ВИЧ-инфицированным?

- изменить общественное мнение;
- создавать группы поддержки и взаимопомощи;
- принимать ВИЧ-инфицированных как людей пострадавших, попавших в сложную жизненную ситуацию;
- пропагандировать безопасный секс и т.д.

ТЕСТ «ЧТО ВЫ ЗНАЕТЕ О СПИДЕ?»

Учитель:

— До изучения темы инициативная группа провела в вашем классе предварительное тестирование «Что вы знаете о СПИДе?», которое показало низкий уровень знаний по этой теме. Сейчас мы проведем повторное тестирование и сравним, как изменились ваши познания о ВИЧ и СПИДе. Перед вами 14 вопросов, читайте их не спеша. Если, на ваш взгляд, вопрос-утверждение верно, то вписывайте «+» в первую графу, если неверно — во вторую графу.

№	Вопрос	Верно	Неверно
1.	Опасно обнимать человека, больного СПИДом		+
2.	Заразиться ВИЧ можно, пользуясь общественным туалетом		+
3.	Люди, которые делают себе внутривенные инъекции, не должны пользоваться иглами и шприцами других людей	+	
4.	Нельзя заразиться вирусом иммунодефицита человека, кусая один и тот же бутерброд или пользуясь одной посудой с человеком, больным СПИДом	+	
5.	Можно заразиться ВИЧ, даже если имел только один сексуальный контакт без использования презерватива	+	
6.	ВИЧ можно заразиться, если ВИЧ-инфицированный или больной СПИДом чихает или кашляет рядом		+
7.	СПИД — конечная стадия ВИЧ-инфекции	+	
8.	Положительный результат теста на ВИЧ означает, что человек болен СПИДом		+
9.	ВИЧ поражает красные кровяные тельца		+
10.	ВИЧ передается через все жидкие выделения человеческого организма		+
11.	ВИЧ передается только тремя путями: 1) через кровь (например, при совместном пользовании шприцами и иглами), 2) половым путем, 3) от матери к ребенку во время внутриутробного развития, рождения, грудного вскармливания	+	
12.	Правильное использование презерватива помогает избежать передачи ВИЧ половым путем	+	
13.	Многие симптомы СПИДа напоминают симптомы других заболеваний	+	
14.	Одна из проблем, связанных с ВИЧ/СПИДом, состоит в том, что между заражением ВИЧ и моментом проявления заболевания могут пройти годы	+	



Комментарии к тесту:

1. Неверно. Нельзя заразиться вирусом иммунодефицита человека, касаясь того, кто болен СПИДом, если при этом не контактировать с его кровью.

2. Неверно. Заразиться ВИЧ можно только при контакте с кровью или выделениями половых органов ВИЧ-инфицированного или больного СПИДом.

3. Верно. В противном случае вы рискуете заразиться ВИЧ. Для передачи ВИЧ достаточно маленькой, невидимой глазом капельки зараженной крови в инъекционном растворе, в шприце или в игле. Люди не должны ни с кем делиться шприцами и иглами, даже иглами для прокалывания ушей и нанесения татуировок.

4. Верно. Еще не было ни одного случая, чтобы кто-нибудь заразился ВИЧ таким способом.

5. Верно. Чтобы заразиться ВИЧ, человеку достаточно подвергнуться риску всего лишь один раз. Это не значит, что каждый, кто поступал так хоть однажды — ВИЧ-инфицирован, но такое могло произойти. Даже один раз — это риск!

6. Неверно. Вы можете заразиться ВИЧ только при контакте с кровью или выделениями половых органов ВИЧ-инфицированного или больного СПИДом. ВИЧ не передается воздушно-капельным путем.

7. Верно. СПИД — конечная стадия ВИЧ-инфекции.

8. Неверно. Положительный результат теста на ВИЧ означает лишь то, что человек инфицирован. Быть инфицированным ВИЧ еще не означает, что человек болен СПИДом, т.е.

имеет ярко выраженные клинические проявления иммунодефицита, хотя при этом он может передавать вирус другим людям.

9. Неверно. ВИЧ поражает белые кровяные тельца, так называемые лимфоциты-помощники.

10. Неверно. ВИЧ передается только через кровь и такие специфические выделения, как сперма, влагалищные секреты и грудное молоко. Хотя вирус может быть обнаружен в слюне, слезах, моче, кале и поте, через эти выделения ВИЧ не передается, если только в них не присутствует кровь, т.к. концентрация вируса в этих выделениях невелика.

11. Верно.

12. Верно. Чтобы не заразиться ВИЧ, следует избегать контакта с выделениями половых органов и кровью.



13. Верно. В результате гибели клеток иммунной системы возникают тяжелые заболевания, вызываемые микробами, которыми в обычных условиях люди не болеют. К таким заболеваниям относятся: туберкулез, пневмоцистная пневмония, токсоплазмоз, грибковые инфекции, герпес и др.

14. Верно. Может пройти 10–12 лет со времени инфицирования ВИЧ, прежде чем у человека появятся явные симптомы СПИДа.

III. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Подведение итогов тестирования.

Учитель:

— Перед лицом этой страшной болезни человек хрупок и беззащитен. Но каждый сам выбирает свой образ жизни. Да, инфицирование возможно различными путями, но исход всегда одинаков. Давайте будем бережны и осторожны со своими жизнью и здоровьем и жизнями близких людей.

Список использованной литературы:

1. Касаткин В.Н. Профилактика ВИЧ-инфекции у подростков: Методическое пособие. М.: «Образование и здоровье», 2005 год.

2. Касаткин В.Н., Паршутин И.А., Митькин А.С., Константинова Т.П., Тихомирова А.В., Огурцов П.П. Здоровье. Предупреждение употребления алкоголя и наркотиков в школе. М.: «Образование и здоровье», 2005 год.

3. Интернет-ресурсы.



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИИ

«Что-то я не очень хорошо себя чувствую. Подташнивает. Наверное, отравился...» — все слышали такой или подобный текст хотя бы раз в своей жизни. Большинство людей еще и были авторами. Отравления встречаются достаточно часто, но гораздо реже, чем те, кто знает, что в таких случаях нужно делать.

РАЗДЕЛ III
БЕЗОПАСНОСТЬ
ЗДОРОВЬЯ

Первая помощь при отравлении 38

Ароматизаторы, идентичные натуральным 42

ВИЧ-инфекция — болезнь века 32

ВИДЫ И СПОСОБЫ

Отравление — это болезненное состояние, которое вызвано попаданием внутрь ядовитого вещества. В роли ядовитых веществ выступают просроченные или некачественные продукты питания, медикаменты, химические вещества (в т.ч. бытовая химия, удобрения), ядовитые растения, газы.

Путей попадания этих веществ в организм множество. Например, через пищеварительную систему нас отравляют продукты питания, лекарственные препараты (при их неправильном употреблении без назначения врача или в излишней дозировке), химические вещества, растворители и некоторые растительные вещества. При дыхании проникают внутрь угарный газ (им в обычной жизни травятся чаще всего), все другие газы и токсические испарения. Через кожу в организм могут попасть ядохимикаты для опрыскивания.

Самые частые — бытовые отравления, когда больной употреблял в пищу недоброкачественные или

токсичные продукты (например, грибы).

Дети чаще других подвергаются опасности — при неправильном хранении лекарств, ядохимикатов для опрыскивания, бытовой химии. Все это надо хранить в местах, недоступных для детей. И не труднодоступных, а недоступных вообще.

Известны случаи, когда дети получали тяжелейшие отравления, съев десяток «конфеток» из коробочки, которую непредусмотрительно оставила на столике бабушка, или выпив моющее средство, оставленное мамой без присмотра на две минуты.

Отравления бывают как острые, так и хронические. Сильное, но однократное воздействие на организм отравляющего вещества приводит к острому отравлению, характеризующемуся острым течением. Такое отравление может закончиться летальным исходом. Длительное проникновение небольшого количества яда приводит к хроническим отравлениям.

Не менее важное значение имеют пути проникновения яда в организм и его количество. Быстрее всего яд действует при попадании в кровь, чуть медленнее — при вдыхании. По сравнению с ними достаточно медленно яд действует при попадании на кожу или если принять его внутрь.

Медики наблюдали и прямую зависимость между весом пострадавшего и остротой реакции. При прочих равных условиях реакция на яд острее у тех, чей вес меньше. Огромную роль играет общее состояние организма и его чувствительность к конкретному яду — все мы знаем примеры, когда некоторые люди, поевшие одно и то же с отравившимися, не имели никаких признаков отравления. Интересно, что при повторном поступлении ядовитого вещества в организм может наблюдаться как усиление, так и ослабление реакции организма.

ЗАДАЧИ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Любая первая медицинская помощь должна выполнять свои задачи. Например, при переломе ноги совершенно не обязательно делать искусственное дыхание, а при артериальном кровотечении можно ненадолго



оставить без внимания вывих плеча. Какие задачи должна выполнять первая помощь при отравлении? Прежде всего необходимо остановить или ограничить поступление яда в организм и при возможности как можно скорее вывести уже попавший. Далее нужно обеспечить пострадавшему безопасные условия, привести его в сознание. Если необходимо — провести сердечно-легочную реанимацию. И в любом случае пострадавшего нужно доставить в больницу. В некоторых случаях устранить или минимизировать воздействие яда на организм можно только в условиях стационара.

Интересно, что первую помощь могут оказать пострадавшему не только другие люди, но и он сам. Как и в других случаях, грамотно и вовремя оказанная первая помощь может спасти жизнь. Согласно статистике, приведенной на сайте medportal.ru, бытовые отравления составляют 97–98% всех отравлений, а производственные — всего 2–3%.

Основные признаки и симптомы отравления: тошнота, рвота, жидкий стул, холодный пот, озноб, внезап-





ная вялость, сонливость, судороги, головная боль и головокружение, слюнотечение и/или слезотечение, странная манера поведения пострадавшего, ожоги вокруг губ, на языке или на коже. В тяжелых случаях — угнетение дыхательной функции и нарушения сознания.

ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПУТИ ПОПАДАНИЯ ОТРАВЛЯЮЩЕГО ВЕЩЕСТВА

При пищевом отравлении, когда яд в организм поступает через рот, пострадавшему дают выпить большое количество жидкости, вызывают рвоту. Повторять эту процедуру нужно до тех пор, пока промывные воды не будут чистыми. Следующим шагом после промывания желудка будет прием сорбентов. Подойдут активированный уголь (из расчета 1 таблетка на 10 кг веса), полисорб, смекта. Пострадавшему нужно уложить на бок, в восстановительное положение, согреть ноги с помощью грелок, следить, чтобы пострадавший много пил жидкости — воды или чая. Все это можно делать, если больной в сознании.

Скорую помощь нужно вызвать обязательно, так как в «полевых условиях» невозможно объективно

оценить степень отравления и спрогнозировать возможное ухудшение состояния больного. Желательно сохранить и передать врачу пострадавшего — так будет легче назначить специфическое лечение при необходимости.

Важно помнить, что при отравлении кислотами (например, уксусом) и щелочами промывать желудок нельзя.

При отравлении газообразными веществами яд поступает в организм

через легкие. Самое частое отравление этого типа — отравление угарным газом. Ведь в нашей жизни он встречается достаточно часто — образуется при сжигании любого вида топлива: газа, нефти, керосина, древесины или угля.

Если пострадавший отравился угарным газом, его нужно вывести на свежий воздух, обеспечить приток кислорода, освободив от стесняющей одежды, и положить в удобное горизонтальное положение. Нужно также растереть тело пострадавшего, затем тепло укутать, согреть ноги. Если пострадавший в сознании, можно полоскать горло и рот раствором соды. Если вы заметили отсутствие дыхания или его сильное ослабление, начните проведение искусственного дыхания. Больного с отравлением угарным газом в любом случае необходимо госпитализировать из-за возможных осложнений со стороны нервной и дыхательной систем.

При отравлении токсическими веществами, проникающими через кожный покров (некоторые ядовитые растения, химические растворители и средства от насекомых), нужно как можно быстрее снять это вещество с поверхности кожи ватным или марлевым тампоном или тряпкой, стараясь не размазывать его на поверхности кожи. Далее кожу следует хорошо обмыть теплой водой с мылом или слабым раство-



ром питьевой соды, обработать место поражения на коже слабым раствором нашатырного спирта. Если есть рана, например химический или солнечный ожог, наложите чистую или стерильную влажную повязку. После этого следует дважды промыть желудок двухпроцентным раствором пищевой соды (1 чайная ложка соды на 1 стакан воды), а потом выпить 0,5 стакана этого же раствора с добавлением сорбента. Вызвать и дожидаться рядом с пострадавшим скорую помощь нужно обязательно.

Если яд попал в глаза, немедленно промойте их водой. Веки нужно держать открытыми, а промывать нужно долго (20–30 минут) и тщательно. Даже небольшое количество яда может привести к слепоте или вызвать другие серьезные повреждения. После промывания нужно наложить сухую повязку и срочно обратиться к офтальмологу.

ПРОТИВОПОКАЗАНО

Есть вещи, которые нельзя делать при оказании первой помощи. Вы не только не поможете пострадавшему, а, наоборот, можете причинить ему серьезный вред. Так, ни в коем случае нельзя вызывать рвоту, если человек без сознания, у беременных или у тех, у кого слабое сердце. Если у пострадавшего судороги, то и в этом случае вызывать рвоту запрещено.



Нельзя давать слабительное средство и вызывать рвоту при отравлении нефтепродуктами, кислотами, щелочью, так как это чревато еще большими повреждениями желудочно-кишечного тракта. При отравлении кислотой нельзя нейтрализовать ее щелочью и наоборот.

ПРОФИЛАКТИКА

Профилактика отравлений заключается в выполнении несложных

правил. Нельзя использовать лекарственные препараты с истекшим сроком годности, в дозах, превышающих предписанные врачом. Средства бытовой химии нужно применять только по назначению в строгом соответствии с инструкциями, и хранить их, а также медицинские препараты, отдельно от пищевых продуктов, в местах, недоступных для детей. Не забывайте, что они обязательно должны быть подписаны и промаркированы.

Очень важно правильно подбирать и использовать пестициды для борьбы с сельскохозяйственными вредителями и болезнями растений.

Не стоит хранить пищевые продукты в таре, освободившейся из-под химических веществ, а также маринованные, кислые и соленые продукты в оцинкованной и декоративной посуде.

Предварительная обработка овощей (мытьё и чистка) снижает возможное количество нитратов примерно на 10–12%. Салаты и соки лучше употреблять в свежеприготовленном виде, а свежие овощи и фрукты тщательно мыть, желательно в горячей воде и с мылом.

Будьте здоровы!

ОБЖ



АРОМАТИЗАТОРЫ, ИДЕНТИЧНЫЕ НАТУРАЛЬНЫМ

Видели ли вы эксперимент, где профессиональному дегустатору дают попробовать одно и то же яблочное пюре, но сдобренное вкусоароматическими добавками? В результате этого эксперимента профессиональный дегустатор так и не смог идентифицировать яблочное пюре, потому что его вкус и запах были совершенно не как у яблока, а как, к примеру, у сливы или клубники. Наши органы чувств довольно легко обмануть.

РАЗДЕЛ III
БЕЗОПАСНОСТЬ
ЗДОРОВЬЯ

Ароматизаторы, идентичные натуральным 42

Первая помощь при отравлении 38

ВИЧ-инфекция — болезнь века 32

Все дело в том, что окружающий нас мир состоит из различных химических соединений. Мы чувствуем запах гвоздики благодаря веществу из класса фенолов под названием эвгенол. При этом нашему организму все равно, каким образом получен эвгенол — синтезирован в лаборатории или добыт из эфирного масла гвоздики.

Чай без малины, который пахнет малиной, или булочка, которая пахнет ванилью, несмотря на то что натуральной ванили на производстве и не видели никогда — все это наша реальность.

В составе мы все чаще обнаруживаем надпись не «натуральный ароматизатор», а «ароматизатор, идентичный натуральному». И хорошо если это «клубника», «ваниль», «яблоко» или что-то другое, понятное, а если на печенье «Шахматном» написано «ароматизатор, идентичный натуральному»? Что, такое печенье должно пахнуть шахматами? Или шахматистами?

Чтобы разобраться в «идентичных натуральному», мы решили выяснить, какие вообще бывают ароматизаторы.

Пищевые ароматизаторы — это добавки, которые вносятся в пищевой продукт для улучшения его запаха и вкуса. Пищевым ароматизаторам коды Е не присваиваются. Причиной тому — их состав и количество.



Ароматизаторы — это многокомпонентные смеси, а их количество измеряется десятками тысяч. При этом число реально используемых пищевых добавок, не считая смесевых и ароматизаторов, не больше тысячи.

Ароматизаторы позволяют производителям на одной основе создавать широчайший спектр продуктов: йогурты, карамель, желе, газированные напитки — список может быть почти бесконечным. Ароматизаторы делятся на натуральные, идентичные натуральным и искусственные.

Натуральные ароматизаторы, как очевидно из названия, создаются на основе продуктов животного или растительного происхождения. В российских ГОСТах нет офи-

циального определения натуральным ароматизаторам. Зато его дает Управление по санитарному надзору за качеством пищевых продуктов и медикаментов США. «Природный ароматизатор это: эфирное масло, эссенция, экстракт или продукт, полученный в результате перегонки, обжигания, нагревания или разложения на ферменты. Ароматизатор обладает вкусовыми качествами, полученными из специй, фруктов, овощей или их сока, трав, корней или листьев и других продуктов растительного происхождения. Вкусовые качества ароматизатора также могут быть получены из мяса, морепродуктов, яиц, молочных продуктов, а также из их ферментов».

В общем, натуральные ароматизаторы получают физическими способами (прессованием, экстракцией, дистилляцией) из сырья растительного или животного происхождения. К сожалению, производство пищевых продуктов с использованием только натуральных ароматизаторов невозможно: во-первых, это очень дорого, а во-вторых, натуральные ароматизаторы недостаточно стабильны с химической точки зрения. То есть ароматным продукт до конечного потребителя, скорее всего, не дойдет.

С точки зрения американцев, искусственный ароматизатор — это все то, что не подходит под определение натурального. Чаще всего один и тот же ароматизатор можно получить, используя или натуральные, или искусственные компоненты — процесс





создания будет отличаться, а вот результат будет один.

В России в соответствии с ГОСТ Р 52464-2005 идентичный натуральному ароматизатор — это пищевой ароматизатор, вкусоароматическая часть которого содержит одно или несколько вкусоароматических веществ, идентичных натуральным, может содержать вкусоароматические препараты и натуральные вкусоароматические вещества. Если проще — идентичный натуральному ароматизатор по химической формуле должен совпадать с натуральным.

В США, а теперь и в Евросоюзе термин «идентичный натуральному ароматизатор» не используется.

Существуют еще и искусственные ароматизаторы. ГОСТ Р 52464-2005 дает следующее определение искусственного ароматизатора: искусственный ароматизатор — пищевой ароматизатор, вкусоароматическая часть которого содержит одно или несколько искусственных вкусоароматических веществ, может содержать вкусоароматические препараты, натуральные и идентичные натуральным вкусоароматические вещества. То есть в искусственных

ароматизаторах есть как минимум одно вещество, которого в природе не существовало до того, как человек его придумал.

Ароматизаторы делают еду более привлекательной с коммерческой

точки зрения. И ни один производитель не сможет сделать долго хранящуюся, красивую, ароматную и недорогую продукцию без привлечения химической промышленности. Может быть, это и неплохо — булочки с корицей и ванильное мороженое доступны всем или почти всем, тогда как найти натуральную ваниль — это не самая простая задача.

Ароматизаторы, как и большинство разрешенных пищевых добавок, не могут нанести существенный вред здоровью, за исключением, как обычно, индивидуальной непереносимости и аллергических реакций. Очень вредным, особенно для детей, может быть только интенсивное употребление продуктов с синтетическими, искусственными ароматизаторами. Например, длительное употребление продуктов, содержащих большое количество искусственных ароматизаторов, может негативно повлиять на печень.

Если говорить о безопасности пищевых ароматизаторов, то следует сказать, что большинство из них безопасно, если употреблять их в разумных количествах, то есть понемногу и не каждый день, что является обычным рациональным подходом к питанию и его составу.

ОБЖ



журнал

Основы безопасности жизнедеятельности – Первое сентября

1-е полугодие 2016 года

ПОДПИСКА

на сайте www.1september.ru и в почтовых отделениях РФ



Индекс	Название издания	Периодичн. в полугодие	1 месяц		6 месяцев	
			Ката- ложная цена (руб.)	Под- писная цена (руб.)	Ката- ложная цена (руб.)	Под- писная цена (руб.)
Название блока в разделе «Журналы»	ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ. ЖУРНАЛЫ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА (499)249-31-38					
99974	Основы безопасности жизнедеятельности – Первое сентября. Бумажная версия <i>В июне не выходит. Подписка на июнь не принимается</i> (-) 160 г 64 стр.	5	440.00		2200.00	
99975	Основы безопасности жизнедеятельности – Первое сентября. Электронная версия на CD (полная копия бумажной версии) <i>В июне не выходит. Подписка на июнь не принимается</i> (-) 75 г	5	160.00		800.00	
сайт 1september.ru	Основы безопасности жизнедеятельности – Первое сентября. Электронная версия	5	–		–	500.00

Подписку принимают во всех отделениях связи Российской Федерации, а также на сайте www.1september.ru

При подключении школы к проекту «Школа цифрового века» (см. digital.1september.ru) каждый учитель получает доступ ко всем журналам Издательского дома «Первое сентября». Стоимость подключения школы на год – 6 тыс. рублей независимо от количества учителей

При оформлении подписки на сайте оплата производится по квитанции в отделении банка или электронными платежами on-line



Марина Владимировна ЕФИМОВА,
учитель ГБОУ СОШ № 62,
Выборгский р-н, г. Санкт-Петербург

ПРОХОЖДЕНИЕ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ ПО ПРИЗЫВУ

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

*Служба по призыву — самый
распространенный способ отдать Родине
свой воинский долг. Тем важнее эта тема
для учащихся.*

РАЗДЕЛ
БЕЗОПАСНОСТЬ
СТРАНЫ

Прохождение военной службы по призыву 46

Пистолет-пулемет Шпагина 52

Военный психолог 56

Тюремные истории 60

ход урока

ЦЕЛЬ:

развитие и углубление знаний учащихся о Вооруженных силах Российской Федерации, в частности об условиях и порядке прохождения военной службы по призыву.

ЗАДАЧИ:

- изучить порядок и условия проведения призыва на военную службу граждан Российской Федерации и прохождения военной службы по призыву;
- сформировать у юношей понимание гражданской и правовой ответственности за призыв в Вооруженные силы Российской Федерации и выполнение своего конституционного долга.

ОБОРУДОВАНИЕ:

компьютер, проектор, экран.



I. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ МОМЕНТ

(2 минуты.)

II. ЗАКРЕПЛЕНИЕ ПРЕДЫДУЩЕЙ ТЕМЫ

(7 минут.)

Учитель:

— В прошлый раз мы разговаривали с вами об очень важном событии в жизни каждого военнослужащего — принятии присяги. Вашим домашним заданием было найти и описать в тетради пример героического выполнения своей воинской клятвы. Я надеюсь, у вас не возникло значительных проблем с выполнением домашнего задания. Но прежде чем заслушать несколько ваших сообщений, давайте вспомним, что такое военная прися-

га? Для чего она нужна? Какую клятву приносит военнослужащий, принимающий присягу? Каковы ограничения в военной службе для тех, кто еще не принял присягу? Почему выполнение присяги так важно для воинов и их Отечества?

А теперь перейдем непосредственно к проверке домашнего задания.

(Учитель заслушивает несколько устных ответов, остальные учащиеся сдают тетради после урока.)

III. ВСТУПИТЕЛЬНОЕ СЛОВО

(1 минута.)

Учитель:

— Сегодня у нас первый урок по теме «Прохождение военной службы по призыву». Все вы прекрасно знаете, что порядок прохождения военной службы довольно сильно менялся с течением времени. В начале существования регулярной армии, основанной на призыве рекрутов, в солдаты уходили на всю жизнь. Постепенно срок службы стал 25, 20, 15, а потом 7, 6, 2 и теперь — один год.

Про армейскую службу многие знают либо из анекдотов, либо из баек, либо из новостных сводок. Правовые основы и понимание того,



как проходит военная служба, появляются либо при целенаправленном поиске информации, непосредственно перед посещением военкомата с повесткой в руках, либо уже на самой службе. Сегодня мы изучим основы — что, как и в каком порядке должно происходить при прохождении военной службы по призыву, а на следующем уроке поиграем в игру, в которой наглядно разберем весь процесс прохождения службы по призыву.

IV. ИЗУЧЕНИЕ НОВОГО МАТЕРИАЛА В ФОРМЕ ЛЕКЦИИ

(25 минут.)

Учитель:

— Как вы помните, правовой основой военной службы являются Конституция РФ и Закон Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе». Согласно этим законам граждане России обязаны в случае нападения на нее защищать свое Отечество. Чтобы уметь это делать, хотя бы часть граждан должна пройти службу в Вооруженных силах России. Конечно, форм реализации обязанности по защите Отечества множество, но наиболее активной из них является именно военная служба.

Каким образом становятся военнослужащими? Сейчас мы не рассматриваем процесс получения военного образования и возможности служить для девушек. Сегодня мы поговорим о призыве на военную службу.

Строго говоря, военная служба может проходить не только в войсках, подчиненных Министерству обороны. Если посмотреть определение, то военная служба — это особый вид федеральной государственной службы, исполняемой гражданами, не имеющими гражданства (подданства) иностранного государства, в Вооруженных силах Российской Федерации, а также во Внутренних войсках МВД, в войсках гражданской обороны, инженерно-технических и дорожно-строительных воинских формированиях при федеральных органах исполнительной власти, Службе внешней разведки Российской Федерации, органах Федеральной

службы безопасности, федеральных органах государственной охраны, федеральном органе обеспечения мобилизационной подготовки органов государственной власти Российской Федерации. В общем, список, как вы видите, большой.

Призыв на военную службу проводится на основании указов президента Российской Федерации. Указ издан, а дальше органы местного самоуправления, а, вернее, его глава вместе с военным комиссаром организуют призыв с помощью призывной комиссии, которая создается в каждом районе (городе без районного деления) или ином муниципальном образовании на основании решения главы органа местного самоуправления.

Призыву на военную службу подлежат:

- граждане мужского пола в возрасте от 18 до 27 лет, состоящие или

обязанные состоять на воинском учете и не пребывающие в запасе;

- граждане мужского пола в возрасте от 18 до 27 лет, окончившие государственные, муниципальные или имеющие государственную аккредитацию по соответствующим направлениям подготовки (специальностям) негосударственные вузы и зачисленные в запас с присвоением воинского звания офицера.

Решение о призыве граждан на военную службу может быть принято только после достижения ими возраста 18 лет.

Некоторые категории граждан освобождаются от призыва на военную службу. Это:

- признанные негодными или ограниченно годными к военной службе по состоянию здоровья;

- проходящие или прошедшие альтернативную гражданскую службу;





- прошедшие военную службу в другом государстве;

- имеющие ученую степень кандидата наук или доктора наук;

- в случае гибели (смерти) отца, матери, родного брата, родной сестры в связи с исполнением ими обязанностей военной службы.

Не подлежат призыву на военную службу те лица, которые отбывают наказание в виде обязательных исправительных работ, ограничения свободы, ареста или лишения свободы, имеющие неснятую судимость за совершенные преступления. А также граждане, в отношении которых ведется дознание либо предварительное следствие, или те, чье уголовное дело передано в суд.

В силу определенных обстоятельств некоторым категориям призывников могут предоставляться отсрочки от призыва на военную службу. К ним относятся граждане:

- признанные в установленном порядке временно негодными к военной службе по состоянию здоровья — на срок до одного года;

- имеющие ребенка, воспитываемого без матери;

- имеющие двух и более детей;

- мать (отец) которых имеет кроме них двух и более детей в возрасте до восьми лет или ребенка — инвалида с детства и воспитывает их без мужа (жены).

Право на получение отсрочки от призыва на военную службу имеют также студенты дневного отделения средне-специальных и высших учебных заведений. Отсрочка предоставляется на время обучения.

Если призывник имеет профильное высшее образование и поступает на работу в одну из перечисленных ниже служб, то ему полагается отсрочка от воинской службы. Дает право на отсрочку работа в следующих службах:

- противопожарная служба;
- органы внутренних дел;
- уголовно-исполнительная система;
- таможенные органы;
- органы по контролю за оборотом наркотических и психотропных веществ.

К этой же категории можно отнести отсрочку, которая полагается при избрании призывника депутатом Госдумы, законодательных органов государственной власти регионов или представительных органов муниципалитетов или главой муниципального образования.

Призыв на военную службу граждан, не пребывающих в запасе, осуществляется два раза в год с 1 апреля по 15 июля и с 1 октября по 31 декабря.

В соответствии со ст. 26 ФЗ РФ «О воинской обязанности и военной

службе» призыв на военную службу составляет несколько этапов:

1-й этап — явка призывника на медицинское освидетельствование и заседание медицинской комиссии;

2-й этап — явка призывника в военный комиссариат для отправки к месту прохождения военной службы;

3-й этап — нахождение в военном комиссариате до отправки к месту прохождения военной службы.

Призывник по повестке приходит в военный комиссариат, после прохождения медицинского освидетельствования, потом комиссия принимает решение, если призывник годен, о том, где и как призывник будет проходить службу. Если гражданин без уважительной причины в военкомат не явился, то он будет считаться уклоняющимся от военной службы и будет привлечен к ответственности в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Граждане, не пребывающие в запасе, подлежащие призыву на военную службу, обязаны явиться по повестке военного комиссариата на медицинское освидетельствование, заседание призывной комиссии или для отправки в воинскую часть для прохождения военной службы, а также находиться в военном комиссариате (военном комиссариате субъекта Российской Федерации) до отправки к месту прохо-



дения военной службы. Призывная комиссия принимает решение в отношении каждого призывника персонально только после определения его годности к военной службе. При принятии решения о призыве на военную службу граждан, не пребывающих в запасе, комиссия определяет вид и род войск Вооруженных сил Российской Федерации, другие войска, воинские формирования и органы, в которых указанные граждане будут проходить военную службу. В случае неявки без уважительных причин гражданина по повестке военного комиссариата на мероприятия, связанные с призывом на военную службу, тот считается уклоняющимся от военной службы и привлекается к ответственности в соответствии с законодательством Российской Федерации. А это, между прочим, 328-я статья УК РФ. Наказывается штрафом в размере до 200 тыс. рублей либо принудительными работами на срок до двух лет, либо арестом на срок до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до двух лет.

Гражданин считается призванным на военную службу по завершении третьего этапа призыва, когда он отправляется к месту прохождения военной службы. Именно с этого дня гражданин теряет статус призывника и приобретает статус военнослужащего, так как началом военной службы для граждан, не пребывающих в запасе, считается день убытия из военного комиссариата субъекта РФ к месту прохождения военной службы (п. 10 ст. 38 ФЗ РФ «О воинской обязанности и военной службе»).

В целях обеспечения организованной отправки призывников к месту прохождения военной службы, формирования воинских команд и передачи их представителям воинских частей выделяются и оборудуются специальные помещения (сборные пункты). Во время нахождения на сборном пункте личный состав обеспечивается горячей пищей по нормам общевойскового пайка.

Перевозка личного состава к месту прохождения военной службы производится в составе воинских эшелонов (команд) в соответствии с требованиями общевойсковых уставов и правил перевозки.



De Visu / Shutterstock.com

К числу основных моментов и факторов, урегулированных юридически и образующих в своей совокупности порядок прохождения военной службы, относятся следующие:

- определение начала военной службы, ее продолжительности и окончания;
- правила присвоения воинских званий, повышения и снижения в воинских званиях, лишения этих званий;
- условия назначения на должности и освобождения от них, порядок продвижения военнослужащих по службе;
- условия перемещений, командировок военнослужащих, представления им отпусков.

С момента прибытия военнослужащего в воинскую часть для прохождения военной службы он зачисляется в списки воинской части и ставится на все виды довольствия. В соответствии с приказом по воинской части все молодые солдаты в течение установленного командиром части времени проходят подготовку на сборах молодого пополнения, совершенствуют знания и навыки начальной военной подготовки, готовятся к приему Военной присяги.

После приведения к присяге начинаются армейские будни — строевая и огневая подготовка, изучение стратегии и тактики, получение военных специальностей. В зависимости от рода войск, части, военно-учетной специальности и многих

других факторов год военной службы может пройти очень по-разному. Но многое зависит от вас.

Служба у большинства призывников начинается со звания рядового. В ходе службы военнослужащий может получить более высокое звание.

Помимо общих обязанностей военнослужащего, как, например, уважение чести и достоинства других военнослужащих, выполнение приказов командиров, содействие командирам (начальникам) и старшим в поддержании порядка и дисциплины, соблюдение правил воинской вежливости, поведения и т.д., военнослужащий имеет также должностные и специальные обязанности.

Должностные обязанности имеет каждый военнослужащий, они определяют его полномочия. Эти обязанности изложены в воинских уставах, руководствах, наставлениях, положе-

ниях, инструкциях, а также в письменных приказах командиров.

При выполнении задач боевого дежурства (боевой службы), в суточном и гарнизонном нарядах, при ликвидации последствий стихийных бедствий и в других чрезвычайных обстоятельствах военнослужащие могут выполнять специальные обязанности, которые установлены законодательными актами, общевойсковыми уставами и другими правовыми документами и обычно носят временный характер. Для выполнения этих обязанностей военнослужащих наделяют, как правило, дополнительными правами.

V. ОБОБЩЕНИЕ НОВОГО МАТЕРИАЛА. ВЫВОД

(4 минуты.)

Учитель:

— Итак, сегодня на уроке вы многое узнали о порядке призыва

и прохождении военной службы по призыву. Давайте повторим, какая категория граждан подлежит призыву на военную службу? Какие категории граждан освобождают от призыва на военную службу? В каких случаях гражданам предоставляют отсрочку от призыва на военную службу? В течение какого времени проходят военную службу военнослужащие по призыву? Какими документами определены должностные обязанности военнослужащих? В чем они заключаются? В каких случаях военнослужащие могут выполнять специальные обязанности?

VI. СООБЩЕНИЕ ДОМАШНЕГО ЗАДАНИЯ

(1 минута.)

Дома вы должны будете выучить записи в тетради, чтобы хорошо подготовиться к игре на следующем уроке.

ОБЖ





РАЗДЕЛ IV
БЕЗОПАСНОСТЬ
СТРАНЫ

ПИСТОЛЕТ-ПУЛЕМЕТ ШПАГИНА

*В каждой стране есть легендарное оружие
и военная техника, чьи названия на слуху
если не у всех, то у большинства людей.
Причем не только у граждан этой страны,
но обычно и далеко за ее пределами.*

Прохождение военной службы по призыву 46

Пистолет-пулемет Шпагина 52

Военный психолог 56

Тюремные истории 60

Всем известно, что в Советском Союзе было изобретено огромное количество оружия, которым пользуются во всем мире до сих пор, и не потому что другого ничего не придумали, а потому что не придумали ничего лучше.

Одним из таких видов оружия, хотя ныне не часто используемых, является пистолет-пулемет Шпагина.

ППШ-41 прочно ассоциируется с образом красноармейца или партизана. Разработан он был перед самой войной. Принятый на вооружение Красной Армией 21 декабря 1940 года, ППШ являлся основным пистолетом-пулеметом советских Вооруженных сил в Великой Отечественной войне.

В конце 1930-х годов стала очевидна необходимость принятия на вооружение современного образца пистолета-пулемета, который отвечал бы требованиям к оружию, предъявляемым в Советском Союзе. Такими требованиями были: максимальная простота и технологичность, высокая надежность и безотказность действия в самых тяжелых условиях, и все это — с сохранением высочайших боевых качеств.

Основным пистолетом-пулеметом, которым вооружали в конце 1920-х — начале 1930-х годов советских воинов, был ППД — пистолет-пулемет Дегтярева, но у него имелся один существенный недостаток. Основные детали оружия, как и у всех



образцов того времени, были выполнены на металлорежущих станках, что и обусловило малую технологичность в массовом производстве и высокую стоимость.

Технология изготовления ППШ была гораздо проще, что позволило удешевить производство более чем вдвое по сравнению с ППД. Пистолет-пулемет Шпагина почти полностью сделан из деталей холодной штамповки, а резьба была всего в двух местах, причем простая крепежная.

В конструкции ППШ не было малодоступных материалов, не было большого количества деталей, требующих сложной обработки, не использовались цельнотянутые трубы. Его можно было производить не только на военных заводах, но и на любых предприятиях, имеющих несложное прессово-штамповочное оборудование.

Таким образом, производство ППШ было достаточно простым и не требовало сложных технологических операций. Известны случаи, когда кустарные, но вполне боеспособные ППШ из металлолома и деталей неисправного оружия собирали в полевых мастерских партизаны. Экземпляры самодельных ППШ можно и сегодня увидеть в некоторых музеях Великой Отечественной войны.

Тем не менее такая простота производства никак не сказалась на боеспособности оружия. В книге Д.Н. Болотина «История советского стрелкового оружия» указывается, что живучесть сконструированного Шпагиным образца была проверена 30 тыс. выстрелов, после чего ПП показал удовлетворительную кучность стрельбы и исправное состояние деталей. Надежность автоматики проверялась стрельбой под углами возвышения и склонения в 85°, при искусственно запыленном механизме, при полном отсутствии



vorotila.ru

смазки (все детали промывались керосином и насухо протирались ветошью), отстрелом без чистки оружия 5 тыс. патронов. Все это говорит об исключительной надежности и безотказности оружия наряду с высокими боевыми качествами.

Конструктивно пистолет-пулемет ППШ состоит из ствольной и затворной коробок, соединенных шарниром и в собранном автомате замыкаемых защелкой, размещенной в задней части ствольной коробки, коробки спускового механизма, располагаемой в ложе, под затворной коробкой, и деревянной ложи с прикладом.

Первоначально ППШ комплектовался барабанным магазином емкостью в 71 патрон. Он состоял из коробки магазина с крышкой, барабана с пружиной и подавателем и вращающегося диска со спиральным гребнем — улитки. Сбоку на корпусе магазина было сделано специальное ушко, чтобы в отсутствие рюкзака или сумки магазин можно было нести на поясе. Для наполнения барабанного магазина патронами требовалось снять крышку магазина, завести барабан с подавателем на два оборота и наполнить улитку патронами — 32 патрона во внутреннем ручье и 39 в наружном.

У барабанного магазина, полученного в наследство от пистоле-



Van Thanh Chuong / Shutterstock.com

та-пулемета Дегтярева, был один существенный недостаток — его приходилось подгонять к автомату вручную. Качество таких магазинов было довольно низким, поэтому к каждому ППШ прилагалось по три магазина, которые ни к какому другому ППШ не подходили. Более того, барабанный магазин был громоздким, сильно выступал за габариты оружия и пустым весил более одного килограмма. Пистолет-пулемет Шпагина с примкнутым и пол-

ностью снаряженным барабанным магазином весил примерно 5,5 кг.

Впоследствии был принят значительно более удобный, хоть и менее емкий коробчатый секторный магазин на 35 патронов.

В более поздних доработках ППШ из конструкции был убран переключатель режимов огня — ППШ стал стрелять только очередями. Вообще во время войны, в условиях массового производства, при выпуске десятков тысяч ППШ ежемесячно в конструкцию оружия последовательно вносился целый ряд изменений, направленных на упрощение технологии производства и большую рациональность конструкции некоторых узлов и деталей. За счет этого в 1942 году по стоимости производства он вплотную приблизился к винтовке Мосина и стал вторым по массовости оружием.

Пистолет-пулемет Шпагина имел существенные преимущества перед конкурентами. Во-первых, это простота и дешевизна производства. Во-вторых, высокая надежность. В-третьих, ППШ обладал наивысшей среди конкурентов (благодаря патрону 7,62x25 ТТ), начальной скоростью пули, соответственно высокой пробивающей способностью и большой эффективной дальностью (100–200 м). Кроме этого он показывал высокую точность при оди-



FotograFFF / Shutterstock.com



ночных выстрелах и стабильность при стрельбе очередями.

Но были и недостатки. Среди них можно отметить склонность к самопроизвольным выстрелам при падении на твердую поверхность, что является общим слабым местом для всех пистолетов-пулеметов со свободным затвором. Вторым недостатком являлось малое останавливающее действие. В-третьих, ППШ довольно сложно привести в рабочее состояние в случае заедения. Барабанный магазин вмещает много воды и соответственно льда и перестает работать. В боевых условиях замерзшие магазины отогревали над костром с риском взрыва патронов.

Четвертый недостаток — очень высокий темп стрельбы — в некоторых ситуациях превращался в достоинство. Такой темп дает высокую огневую мощь, с одной стороны, но и перерасход боеприпасов — с другой. Из-за огромной скорострельности его иногда называли «пожиратель патронов Шпагина».

Во время Великой Отечественной войны в отличие от немцев, равномерно распределявших автоматы среди пехоты, в СССР кроме обычных пехотных рот были специальные роты автоматчиков, которых обычно держали в резерве и использовали для усиления наибо-

лее опасных участков. Также ППШ вооружали танковый десант, а с 1943 года — и гвардейские саперно-штурмовые части.

К концу войны советские конструкторы пытались применить ППШ для штурма пехотных колонн противника: была разработана специальная платформа с закрепленными на ней 88 пистолетами-пулеметами (11 рядов по восемь стволов в каждом). В боевом положении батарея жестко крепилась в бомбоотсеке Ту-2. При атаке летчик открывал створки бомболюка и с помощью специального прицела вел шквальный огонь по противнику.



Конструкция имела ряд недостатков — перезаряжать нужно было на аэродроме вручную, а эффективность такой стрельбы была довольно низкой, поэтому широкого распространения эта платформа не получила.

В СССР ППШ производился и стоял на вооружении до 1951 года, затем его сменил автомат Калашникова. Запасы пистолета-пулемета Шпагина активно поставлялись в Восточную Европу, Корею, Вьетнам и Африку.

Вплоть до 1980-х годов ППШ массово производился в Корее и Китае, поэтому он был замечен практически во всех локальных войнах Азии и Африки. В настоящее время его мелкими партиями производят в Иране, а также кустарно изготавливают в других арабских странах.

Пистолет-пулемет Шпагина запечатлен на многих памятниках как в России, так и в Европе (например, памятник Неизвестному солдату в Трептов-парке в Берлине). Его изображают на памятных знаках и медалях. Его можно увидеть в большинстве кинохроник, а также фильмов и игр о Великой Отечественной войне. В советское время даже выпускались детские пластиковые цельноштампованные ППШ со съемным магазином.

А в западном массовом сознании ППШ был символом «красной угрозы» как до появления автомата Калашникова, так и после — наряду с ним.

ОБЖ

Александр КАРАЯНИ,
начальник кафедры психологии Военного университета,
доктор психологических наук, профессор,
президент Общества психологов силовых структур
www.psynavigator.ru

РАЗДЕЛ IV БЕЗОПАСНОСТЬ СТРАНЫ

ВОЕННЫЙ ПСИХОЛОГ



История ведения войн показывает, что великие полководцы, правильно учитывающие психологические возможности войск, одерживали победу над врагом более многочисленным, вооруженным более современным оружием. Александр Македонский, Наполеон, Петр I, А.В. Суворов, М.И. Кутузов потому и велики, потому история и хранит их заслуженную славу, что они сумели воспользоваться невидимой, но могучей силой — психикой бойцов.

Прохождение военной службы по призыву 46

Пистолет-пулемет Шагина 52

Военный психолог 56

Тюремные истории 60

В современных условиях, когда информация и средства управления ею становятся самостоятельным фактором победы, роль психологических возможностей отдельных людей и воинских частей значительно возрастают. Новые тенденции развития сил, средств и способов вооруженной борьбы, в том числе несмертельных, обусловили резкое возрастание зависимости исхода сражений от соотношения психологических возможностей сторон.

По существу война становится явлением социально-психологическим, так как психологическое содержание приобретают ее цели (слово воли противника к сопротивлению и принуждение его к определенным действиям), средства (информационно-психологическое, психотропное, соматопсихологическое, технопсихологическое, психотронное оружие) и способы (введение в заблуждение, маскировка, внезапность и др.).

Психологическое оружие превращается в самостоятельное, эффективное и сравнительно дешевое средство современной и будущей войны. И от того, насколько готовы окажутся войска противостоящих сторон действовать в условиях применения современных боевых психотехнологий, в значительной



function.mil.ru

степени будет зависеть ход и исход сражений, судьбы народов и государств, будущее планеты.

Сказанное выше подчеркивает значение и роль военной психологии в подготовке военнослужащих к защите Отечества, в обеспечении их самоотверженных и умелых действий на поле боя современной войны, в руководстве сражением.

Однако, как отмечал еще в начале прошлого века выдающийся военный психолог Г.Е. Шумков, «военная психология только тогда явится наукой, необходимой для полководца, когда она откроет ему секрет бо-

евой силы или работоспособности бойца во всех фазах боевой обстановки, когда она выработает свои научные положения о моментах, понижающих и повышающих работоспособность бойца, укажет совместное действие разных моментов на боевую силу; укажет средство борьбы с наступающим снижением силы в своих войсках и наметит моменты, способствующие угнетению и ослаблению своего противника».

В настоящее время военно-психологическая наука развивается быстрыми темпами. Она активно осваивает новые области знания о войне и бое, психологической готовности и устойчивости войск к боевым стресс-факторам, закономерностях боевой и психологической подготовки воинов, технологиях оказания психологической помощи и реабилитации участников боевых действий, о вере и суевериях, героическом и девиантном поведении воинов в военное время, о методах информационно-психологического противоборства с противником и т.д.

Сегодня в ВС РФ сложился целостный комплекс психологических мероприятий, нацеленный на решение учебных, служебных и боевых задач, который квалифицируется как «психологическое обеспечение воинской деятельности». В его реализации принимают участие многие должностные лица воинских частей (командиры, начальники штабов, заместители командиров частей по

function.mil.ru





function.mil.ru

воспитательной работе, военные медики и др.), однако центральная роль в этом принадлежит военному психологу.

Военные психологи по призванию, по образу мышления, по профилю деятельности в нашей армии существуют уже второе столетие. Однако лишь в 1992 году появилась профессия «военный психолог». Тогда в российской армии были введены должности психологов полков, а чуть позже — психологов батальонов и пунктов (центров) психологической помощи и реабилитации и, таким образом, обозначились контуры структуры. По масштабам задач, ставящихся перед ней, по количеству мест, предназначенных в штатных расписаниях воинских частей для военных психологов, по своему иерархическому строению психологическая структура в нашей армии не знает аналогов в мире и призвана стать самой мощной армейской психологической службой в истории. Сегодня открыто около 2 тыс. должностей для военных психологов.

За время своего существования система психологической работы в ВС РФ оформилась не только в конкретные структурные элементы, подразделения, но и в целостную «вертикаль», пополнилась профессиональными психологами, обогатилась в методическом и материально-техническом отношении.

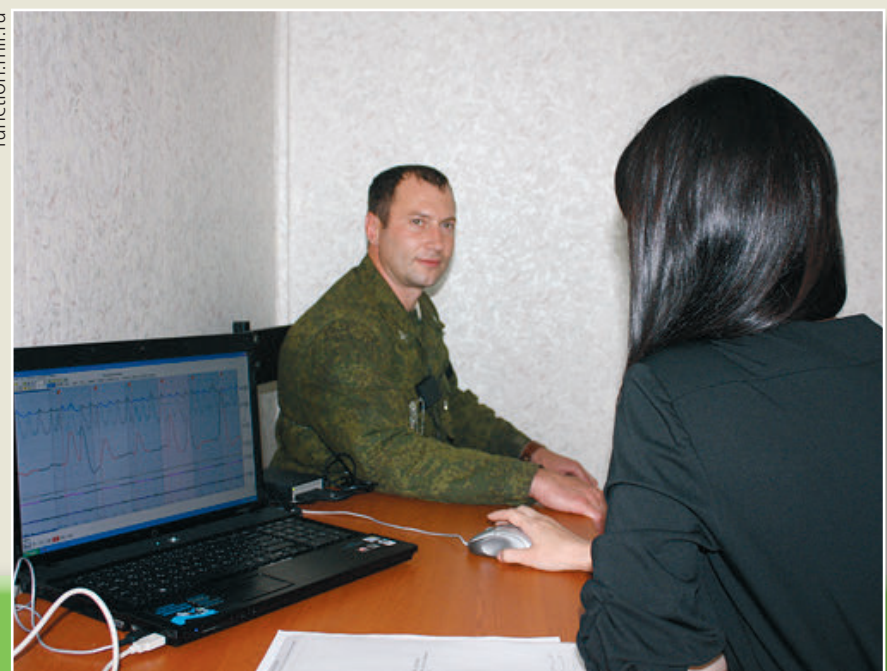
С 1994 года начата подготовка кадров на военно-психологическом факультете Военного университета. Она осуществляется в соответствии с общегосударственными образовательными стандартами высшего профессионального образования по специальности «психология». За 11 лет деятельности факультета в войска выпущено около 1 тыс. высококлассных военных специалистов-психологов. В настоящее время подготовка психологов для войск осуществляется в нескольких военных вузах.

Особых требований к лицам, поступающим в военные вузы по специальности «психология», нет. Они

должны успешно пройти профессиональный психологический отбор (систему тестов), сдать вступительные экзамены по биологии, истории Отечества, русскому языку и литературе (письменно), физической культуре и быть физически и психически здоровыми людьми. Критерии профессиональной непригодности заложены в структуру вступительных испытаний.

Обязанности психолога воинской части сложны и многообразны. В мирное время он призван решать задачи по изучению психологических особенностей военнослужащих, воинских коллективов, психологически обеспечивать боевую готовность, боевую подготовку, боевое дежурство, дисциплину в части, осуществлять профилактику негативных социально-психологических явлений в воинских подразделениях, оказывать помощь военнослужащим по решению их психологических проблем и т.д. В военное время он выступает непосредственным организатором всей системы психологического обеспечения боевых действий полка (батальона).

Из перечня обязанностей военного психолога видно, что от гражданских психологов он отличается многопрофильностью своей профессиональной деятельности. Если в гражданских сферах психолог рассматривается как специалист довольно узкого профиля, действу-



function.mil.ru

ющий в рамках конкретной специализации, то условия деятельности военного психолога включают в себя большинство существующих видов профессиональной деятельности психологов: психодиагностика, психопрофилактика и психогигиена, психологическая подготовка, психологическая реабилитация военнослужащих, социально-психологическая реадaptация ветеранов боевых действий, психологическое противодействие противнику, психологическое консультирование военнослужащих и членов их семей, групповая диагностическая и коррекционная работа. По существу военный психолог вынужден сочетать в себе основные компетенции психолога-диагноста, социального психолога, клинического психолога, психотерапевта, психолога труда и собственно военного психолога. Одновременно он выступает в двух ипостасях — психолога-исследователя и психолога-практика.

Прохождение курса психотерапии для военного психолога не обязательно, так как на него не возлагаются психотерапевтические функции. В связи с этим у военных психологов в меньшей мере выражен «синдром профессионального выгорания».

Так как в ВС РФ выстроена вертикальная система психологических структур, то в качестве супервизоров здесь выступают военные психологи вышестоящих инстанций, которые регулярно анализируют деятельность подчиненных.

Выпускники психологического факультета Военного университета пользуются высоким спросом. Уволившись из рядов ВС РФ, они быстро находят штатскую службу, занимают руководящие должности в коллективах, в которых есть выпускники ведущих психологических вузов России.

Вместе с тем ощущающаяся в ВС РФ нехватка квалифицированных военных психологов (выпускников военных вузов) обусловила восполнение штатного дефицита, во-первых, военнослужащими из числа командного и технического состава



без соответствующего образования, после прохождения курсов повышения квалификации в Военном университете и, во-вторых, женщинами с психологическим образованием, нанимаемыми на военную службу по контракту или служащими ВС. Последний способ насыщения психологической службы специалистами становится доминирующим. Сегодня в частях насчитывается порядка 300 женщин — военных психологов, а в некоторых военных округах они составляют 20–25% от общего числа военных психологов.

Одновременно в ряде гражданских вузов (например, в Московском государственном университете им. М.В. Ломоносова, Московском психолого-педагогическом университете и еще в 13 вузах) идет подготовка психологов для Вооруженных сил и психологов запаса по специальным программам.

Понимание особой значимости военного психолога как центральной фигуры в системе психологической работы сопровождается и дополнительными мерами по повышению психолого-педагогической компетентности управленческих кадров ВС РФ.

Как и на «гражданке», в ВС РФ пока еще не сформировалась культура пользования психологической помощью, помощью военного пси-

холога. Наряду с мифом о всемогуществе психолога, о его способности «видеть людей насквозь» существуют мифы о надуманности и бесполезности этой фигуры в войсках. По-видимому, это связано с тем, что подавляющее большинство лиц, исполняющих обязанности психолога, не имеют психологического образования и соответствующей мотивации профессионального роста. Не меньшее значение здесь имеет и специфика возраста основного контингента. В 18–20 лет психолог воспринимается скорее как психиатр, а его клиент как «псих». Поэтому большинство клиентов военного психолога — те, кто вызывает беспокойство командования относительно их способности эффективно выполнять свои функциональные обязанности и взаимодействовать с сослуживцами.

Важнейшим отличием профессиональной карьеры военного психолога является то, что он всегда обеспечен интересной, живой, творческой работой. Начиная с выпуска из вуза и до увольнения в запас он гарантированно будет иметь место службы по специальности, приемлемый для большинства регионов страны заработок на уровне официальной зарплаты профессора столичного вуза.

ОБЖ

РАЗДЕЛ IV БЕЗОПАСНОСТЬ СТРАНЫ

ТЮРЕМНЫЕ ИСТОРИИ

Одна из важнейших задач государства — обезопасить своих граждан от так называемого преступного элемента. Для этого существуют тюрьмы, в которых изолируют этот самый элемент. Тюремный мир — своего рода государство в государстве. Со своими радостями и печальями, привилегированными и презируемыми, развлечениями и тяготами. И никому не пожелаешь оказаться в этом мире.

ВЛАДИМИРСКИЙ ЦЕНТРАЛ

В дореволюционной России существовали как обычные, так и своего рода брендовые тюрьмы. Первое место среди них занимает, разумеется, Владимирский централ. Своим возникновением он обязан указу Екатерины Великой «О суде и наказаниях за воровство разных родов и заведении рабочих домов во всех губерниях». В соответствии с ним в 1783 году во Владимире построили так называемый «рабочий дом».

Затем было «Положение о Владимирской арестантской роте», появившееся на свет в 1838 году. И соответствующий циркуляр: «В состав арестантской роты поступают из Владимирской губернии к работе:



- а) беглые бродяги;
- б) осуждаемые к ссылке в Сибирь на поселение за маловажные преступления, не наказанные рукой палача и имеющие от 35 до 40 лет;
- в) осуждаемые на крепостную работу на срок, также за маловажные преступления или заключенные в рабочий дом;
- г) арестанты, пересылаемые через Владимир в Сибирь на поселение по маловажным преступлениям и за бродяжничество, не наказанные палачом и знающие мастерство».

В 1870 году «арестантские роты» преобразовали в исправительное арестантское отделение. А в 1906 году здесь была образована «Временная каторжная тюрьма — Владимирский централ», специализировавшийся на «политических» преступниках.

Михаил Фрунзе, приговоренный к смертной казни, оставил красноречивые мемуары: «Мы, смертники, обыкновенно не спали до пяти часов утра, прислушиваясь к каждому шороху. Это были трагические часы. В это время на глазах у всех увидели вешать приговоренных к смертной казни. От товарищей услышишь слова: “Прощай, жизнь! Свобода, прощай!” Дальше звон цепей и кандалов делается все тише и тише, потом заскрипят железные двери тюрьмы, и все стихнет. Сидят ребята и гадают: “Чья же очередь будет завтра ночью? Вот уже пятого увели!”»

А в 1997 году в центре был открыт музей.

БУТЫРСКИЙ ЗАМОК

Безусловно, к числу знаменитых тюрем относились и московские Бутырки (официальное название — Следственный изолятор № 2 города Москвы), названные так по месту размещения — здесь раньше находилось одноименное село. Это учреждение возникло в конце XVIII века и поначалу называлось романтично: «Замок к содержанию несчастновиновных». Автор этого замка — знаменитый архитектор Матвей Казаков. Здесь содержались Емельян Пугачев, Иван Каляев, Владимир Маяковский, Осип Манделштам, Феликс Дзержинский, Варлам Шаламов, Александр Солженицын, Сергей Королев — всех не перечислить.

По иронии судьбы именно Бутырки стали косвенной причиной гибели



ли видного революционера Николая Баумана. В 1905 году он участвовал в демонстрации, которая сначала собралась в Техническом училище (ныне — имени Баумана), а затем отправилась — под руководством все того же Баумана — в тюрьму освобождать политических заключенных. Во время этого шествия к Николаю Эрнестовичу подбежал некто Михалин и ударил революционера водопроводной трубой по голове. Удар оказался смертельным. Демонстрация вернулась в училище, где для прощания было выставлено его тело.

Один из очевидцев вспоминал: «В Техническом училище в нижнем этаже лежал Николай Эрнестович, лежал на большом столе, покрытый белой простыней. Рядом со столом, где лежал Бауман, стоял небольшой столик, весь покрытый медной монетой, какая-то странная гора медных “копеечек”, которые клали на стол совсем серые люди, когда подходили и кланялись в ноги убитому Бауману».

Про назначение этих медяков тут же в толпе шепотом говорили, что это дается на большую, большую свечку, которая будет поставлена Николаю Угоднику, так как имя пострадавшего за народ Баумана — Николай, другие говорили, что деньги эти даются на оружие, что из народных копеечек сложится сумма, необходимая рабочим, чтобы вооружиться, прогнать царя, помещиков и фабрикантов».

Этой тюрьме посвящали стихи. Например, вот такие, неизвестного автора:

*Меж Бутырской и Тверской,
Там стоят четыре башни, —
В середине большой дом,
Где крест-накрест коридоры,
И народ сидит — все воры.*

Здесь происходило действие пятнадцатой главы известного произведения Булгакова «Мастер и Маргарита» — сон Никанора Босого о том, как всех валютчиков, собранных вместе, уговаривали сдать валюту государству. Кстати, подобные методы действительно практиковались. Вот, к примеру, описание, оставленное неизвестным очевидцем: «К окну над дверью со стороны коридора ставили лестницу-стремянку, на ее верху устраивался работник органов и через открытое над дверью окошко “читал лекции” об индустриализации и необходимости ее осуществления без иностранной помощи. “Лекторы”, конечно, сменялись, и “лекции” продолжались почти круглые сутки сразу для всех сидящих в камере. Поскольку комфорт в камере был не ахти, да и жрать (а особенно пить) очень хотелось, то постепенно квартиранты начинали “раскалываться” и сдавать золотишко, и их сразу же (пока) отпустили по домам».

Маяковский оказался в Бутырке совсем молодым юношей, в пятнадцатилетнем возрасте. В его книге «Я сам» есть даже целая глава: «11 бутырских месяцев». Поэт: «Важнейшее для меня время. После трех лет теории и практики бросился на беллетристику».

И дальше: «Исписал таким целую тетрадку. Спасибо надзирателям — при выходе отобрали. А то б еще напечатал!» Вот один из образцов «бутырской» поэзии Маяковского:

*В золото, в пурпур леса одевались,
Солнце играло на главах церквей.
Ждал я: но в месяцах дни потерялись,
Сотни томительных дней.*

Пройдет несколько лет, и такая сиропистость станет ему омерзительной.

ТАГАНКА

Таганская тюрьма не существует в наши дни, но и она относится к числу брендовых тюрем. Она возникла в 1804 году и первоначально предназначалась исключительно для уголовников. Впрочем, вскоре контингент пополнился и политическими заключенными. Тюрьма была, что называется, прозрачной, особенных секретов из нее не делали. Соответственно, и легенд про нее не складывали. Доходило до того, что дореволюционный справочник «Вся Москва» писал о Таганской тюрьме как о каком-то сервисном учреждении: «В тюрьме имеются мастерские: слесарно-кузнечная, переплетная, столярная, портновская, сапожная, шорная, ткацкая и многие другие. Заказы принимаются ежедневно от 7 часов утра до 5 часов дня».

Список знаменитых заключенных возглавляет купец-меценат Савва Мамонтов. Влас Дорошевич писал: «В деловой области есть такая черта, где кончается простая “деловитость” и начинается “художественное творчество”. Самое простое, легкое и безопасное — сидеть на процентных бумагах и стричь купоны. При нашей вялости, инертности, трусливости, отсутствии инициативы Мамонтов был для нас собственным Лессепсом (инициатор и организатор прорытия Суэцкого канала, также попавший под суд — А.М.).

Мамонтов раскидался со своими делами, как раскидываются многие, но он раскидался шире других, потому что у него полет был шире других.

То, что он сделал, вызывал к жизни, останется и будет приносить пользу.

Азартный или не азартный делец Мамонтов?

Обсуждая этот вопрос, общество должно много и много подумать о том, с какими палками в колесах приходится считаться на Руси деятельному и предприимчивому человеку».

В тюрьме Мамонтов наконец-то получил возможность полностью отдаться своему главному увлечению — лепке из глины. К счастью, возможности предпринимателя позволяли организовать и одиночную камеру-мастерскую, и бесперебойную доставку необходимого сырья и инструментов.

В 1905 году Таганскую тюрьму — как и Бутырку, благодаря изобилию политических заключенных — реши-

ли брать штурмом. В.Г. Тан-Богораз писал в повести «Дни свободы»: «Сеня и Маша еще долго ходили по улицам и, несмотря на голод и усталость, не хотели вернуться. С четырех часов пополудни толпа пошла по дороге к Таганской тюрьме, повинувшись той же повелительной идее об освобождении арестованных.

— Если не освободим, то пропоем хоть Марсельезу перед тюрьмой, — говорили в толпе. — Пусть они узнают, что пришла свобода.

До Таганки было так далеко, что дети все-таки упали духом и вернулись с полдороги. Потом рассказывали, что у

лиантовый пот орошал его жирное лицо. Телефон тревожил его поминутно и звонил с упорством трамвайного вагона, пробирающегося через Смоленский рынок...

— Скорее, — крикнул он Остапу, — вашу бумажку.

— Два места, — сказал Остап очень тихо, — в партере.

— Кому?

— Мне.

— А кто вы такой, чтоб я вам давал места?

— А я все-таки думаю, что вы меня знаете.

— Не узнаю.



www.retromap.ru

Таганки сначала была стычка, затем завязались переговоры, и один смельчак вошел в контору с красным знаменем в руках, водрузил его на стол рядом с зеркалом и потребовал освобождения арестованных. После некоторых пререканий и переговоров по телефону пришло разрешение выпустить почти всех. Их вывели в контору, и человек с красным знаменем приветствовал их от имени освобожденного народа и даже вручил тут же старосте артели политических револьвер браунинг как лучшую защиту неприкосновенности личности».

Кстати, в 1922 году в этой тюрьме сидел известный в свое время авантюрист Остап Беньяминович Шор — главный прототип Остапа Бендера. Этот факт даже попал в роман «Двенадцать стульев»: «Администратор трудился, как грузчик. Светлый брил-

Но взгляд незнакомца был так чист, так ясен, что рука администратора сама отвела Остапу два места в одиннадцатом ряду.

— Ходят всякие, — сказал администратор, пожимая плечами, очередному умслогасу, — кто их знает, кто они такие... Может быть, он из Наркомпроса?.. Кажется, я его видел в Наркомпросе... Где я его видел?

И, машинально выдавая пропуска счастливым tea- и кинокритикам, притихший Яков Менелаевич продолжал вспоминать, где он видел эти чистые глаза. Когда все пропуска были выданы и в фойе уменьшили свет, Яков Менелаевич вспомнил: эти чистые глаза, этот уверенный взгляд он видел в Таганской тюрьме в 1922 году, когда и сам сидел там по пустяковому делу».

ОБЖ



Общероссийский проект
Школа цифрового века

**6 тысяч рублей от школы
за весь 2015/16 учебный год
независимо от количества учителей
в образовательной организации**

Каждому учителю:

- 24 предметных ежемесячных журнала
- десятки курсов повышения квалификации

**Не забудьте принять
или продлить участие!**

Подробности и форма заявки на сайте:

digital.1september.ru

