Додаток до листа КВНЗ

«Харківська академія неперервної освіти»

від \_\_10.09.2015\_\_ № \_\_764\_\_

**Методичні рекомендації щодо профілактики травматизму на уроках основ здоров’я та у виховній роботі загальноосвітніх навчальних закладів**

**Харківської області**

Проблеми дитячого травматизму сьогодні визначаються як найважливіші для українського суспільства, які необхідно розглядати не лише в медичному, але й соціальному аспекті, оскільки травма та її наслідки загрожують здоров’ю і життю дітей, позначаються на сімейних відносинах, працездатності батьків тощо.

Згідно з даними Державної служби статистики України за перше півріччя 2014 року дитяча смертність від нещасних випадків невиробничого характеру становить 359 дітей у віці до 14 років, з них – 172 нещасні випадки у містах, 187 – у сільській місцевості. Основними причинами загибелі дітей від нещасних випадків невиробничого характеру залишаються: удушення –   
84 дитини (23%), нещасні випадки від утоплення та занурення у воду – 70 дітей (19%), транспортні події – 45 (12%), спричинені пошкодженнями навмисного характеру – 35 (9%), навмисне самоушкодження – 22 дитини (6%), спричинені отруєнням – 31 (8%), внаслідок пожежі – 23 (7%), падіння – 16 (5%), нападу з метою вбивства – 10 (3%), інші нещасні випадки – 23 (6%).

Переважна кількість травм у дітей спостерігається в шкільному віці під час ігор та занять спортом (50%); 30% – вдома і 20% – в дорожньо-транспортних пригодах (смертність сягає 80%).

За статистичними даними у 2014 році по м. Харкову та області сталося   
42 нещасні випадки зі смертельним наслідком серед дітей, з них: 21% – внаслідок ДТП, по 19% – побутові травми та самоушкодження, 16% – утоплення, 10% – ураження електричним струмом, по 5% – пожежі та вбивства, по 2% – отруєння та падіння. Під час навчально-виховного процесу за цей період отримали травми 260 дітей: 109 учнів травмувалися під час перерв, 60 – під час прогулянок та екскурсій, 49 – на уроках з фізичної культури, 42 – інші.

Дослідження показують, що основними причинами нещасних випадків із дітьми залишаються: порушення або незнання правил поведінки на воді, дорожнього руху, протипожежної та електробезпеки, низька нервово-психологічна стійкість, поширення негативних тенденцій і антисоціальних проявів серед людей.

Разом із тим, варто ураховувати, що школярі відрізняються певними психо-віковими особливостями, які часто є додатковими чинниками травматизму.

Такими віковими особливостями дітей 1-4 класів можна вважати: недостатній розвиток довільної уваги, незначний соціальний та моральний досвід, орієнтацію на зовнішній контроль з боку дорослих, підвищену рухову активність, емоційність, імпульсивність та безпосередність поведінки, бажання постійно розширювати коло спілкування, наслідувати поведінку старших.

Діти середнього шкільного віку характеризуються відсутністю розвинених вольових якостей одночасно із потребою в самоповазі, в самоствердженні, у визнанні товаришів, позитивному ставленні з боку друзів. Саме тому вони часто «прагнуть виявити дорослість», «експериментують». Відсутність у частини молоді навичок конструктивного спілкування, загальних принципів розуміння сутності найпростіших соціальних процесів і явищ призводить до конфліктів, стресових ситуацій, неадекватної та залежної соціальної поведінки.

Старшокласники відрізняються більшою самостійністю, упевненістю в своїх силах, можливостях, безкомпромісністю, бажанням та прагненням «долати труднощі», «робити відкриття», доводити власні теорії, позиції, уподобання.

Останнім часом у зв’язку із соціально-економічними, особистісними проблемами спостерігається тенденція щодо учинення дітьми навмисних самоушкоджень.

За даними Управління молодіжної превенції Департаменту громадської безпеки МВС України із загальної кількості навмисних самоушкоджень хлопців самогубства складають 75%, одночасно у дівчат цей показник становить 37%, що пов’язано з відмінностями у психіці хлопців і дівчат та як результат – обранні способу самогубства.

За попередній рік підлітками у віці від 14 до 18 років учинено 154 навмисних самоушкоджень, кожне шосте самоушкодження учинено дітьми, які не досягли 14-річного віку. Більшість підлітків, які вчинили самоушкодження є учнями загальноосвітніх чи професійно-технічних навчальних закладів.

Питання запобігання дитячому травматизму, безпеки дитини, її уміння захистити себе в навколишньому середовищі є вкрай актуальними в системі освіти та виховання дітей та молоді. Велика кількість нещасних випадків, які трапляються з дітьми в урочний та позаурочний час, загибель і травмування учнів через необачне та безпечне поводження на дорогах, на воді, з пожежнонебезпечними, вибуховими та іншими речовинами вимагають від педагогічних працівників більш сумлінної та відповідальної роботи.

У контексті запобігання травмування перед сучасною школою постають наступні завдання:

* + надати учням достовірну інформацію про види й можливі фактори травмування та засоби запобігання травмуванню;
  + формувати навички безпечної поведінки школярів, конструктивного спілкування;
  + сприяти усвідомленню того, що правильні відповідальні дії кожної особи є запорукою збереження власного здоров’я та здоров’я оточуючих;
  + формувати у дітей і молоді ціннісне ставлення до особистого здоров’я та здоров’я оточуючих;
  + надати інформацію про служби, до яких можна звернутися за певних обставин.

**Загальні відомості про види травматизму**

Травматизм поділяють на: побутовий, транспортний, шкільний і спортивний; вуличний, вогнепальний, сільськогосподарський, виробничий; нещасні випадки на воді, задушення та отруєння тощо.

Побутовий травматизм – це ушкодження, які діти отримують вдома,   
у дворі чи саду. Найнебезпечнішими є опіки полум’ям, хімічними речовинами, падіння з висоти.

Шкільний травматизм трапляється у класах, навчальних майстернях, коридорах, під час перерв.

Спортивний травматизм – на спортивних майданчиках, під час спортивних змагань та ігор. Найчастіше травмування відбуваються при неорганізованих заняттях спортом, в необладнаних для цього місцях.

Вуличний травматизм – це ушкодження, яких зазнають на вулиці (через неогороджені канави, відчинені люки, несправні балкони, під час ожеледі тощо).

Утоплення займають одне з перших місць серед видів травматизму за показником смертності. Основні причини утоплення: невміння плавати, незнання особливостей водойм, стрибки у воду у незнайомому місці, прогулянки на льоду.

Вогнепальний травматизм – пошкодження, отримані внаслідок вистрілу вогнепальної зброї.

Сільськогосподарський травматизм – травмування під час сільськогосподарських робіт.

Знання видів та причин травматизму, навички безпечної відповідальної поведінки в небезпечних ситуаціях, уміння надавати долікарську допомогу становлять перелік питань, які необхідно відпрацювати під час навчально-виховного процесу.

Найбільше питання запобігання дитячому травматизму у загальноосвітньому навчальному закладі інтегровані в навчальний предмет «Основи здоров’я» та є складовою превентивної виховної діяльності.

**Навчальний предмет «Основи здоров’я»**

Особливістю навчальної програми предмета «Основи здоров’я» є поєднання двох частин: понятійної та діяльнісної, до якої належать вправи для відпрацювання ключових умінь і навичок щодо безпечної для життя і здоров’я поведінки. Тому сьогодні необхідна організація практичної, ігрової, індивідуальної та колективної діяльності учнів, що базується на суб’єкт-суб’єктній взаємодії вчителя з учнями і учнів між собою. Такий підхід отримав назву «освіта на основі набуття життєвих навичок» (ООЖН) і характеризується застосуванням інтерактивних методів навчання, що забезпечують формування в учнів свідомих мотивацій, ставлень, умінь та навичок, корисних життєво необхідних компетенцій.

Освіта на основі життєвих навичок реалізує концепцію особистісно орієнтованого навчання і виховання, враховує вікові та індивідуальні особливості учнів і здійснюється шляхом застосування інтерактивних та активних (тренінгових, ігрових тощо) технологій. Увага вчителя має бути зосереджена на проведенні занять з використанням методів навчання, що ґрунтуються на активній участі всіх учнів: роботі в групах, обговоренні, мозкових штурмах, рольових іграх, дискусіях, творчих проектах, інтерв’ю, аналізі життєвих ситуацій, моделюванні розв’язання проблем.

Така робота передбачає наявність у педагогічних працівників особливих навичок її проведення: тренер (учитель, вихователь) повинен мати достатній рівень особистісних здоров’язбережувальних компетентностей, володіти навичками проведення тренінгу, бути вмотивованим на проведення діяльності із застосуванням активних технологій.

Для реалізації особистісно зорієнтованого підходу до вивчення основ здоров’я доцільно використовувати навчальні тексти, відеофрагменти, які передбачають рефлексію – встановлення зворотнього зв’язку між зовнішнім світом і внутрішнім станом учня, спеціально дібраними завданнями (наприклад: Як ти поведеш себе в такій ситуації? Що тобі подобається або не подобається в запропонованих порадах? тощо), що потребують осмислення дій, колективної комунікації, де кожен учень має змогу реалізувати власний потенціал.

Практичні роботи, зазначені в програмі, виконуються учнями в практично-дієвій формі під час опрацювання відповідної теми для досягнення мети уроку. Виконання цих вправ є обов’язковим елементом начальних занять відповідної тематики. Передбачені вправи, які слід виконувати не лише в класі, а й удома з допомогою батьків, що є доречним.

Особливу увагу необхідно приділити позитивній мотиваційній установці учнів не лише на вибір безпечної поведінки, а й на активне, щоденне й неухильне виконання ними правил і вимог збереження життя і здоров’я.

Звертаємо увагу на тематику уроків основ здоров’я під час яких відпрацьовуються навички безпечної поведінки.

**Тематика уроків основ здоров’я щодо запобігання дитячому травматизму**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Навчальна програма** | **Клас** | **Кількість годин** | | **Зміст навчального матеріалу** |
| Навчальні програми для загальноосвітніх навчальних закладів із навчанням українською мовою.  1-4 класи. Основи здоров’я. 2012 | 1 | 10 | | Безпечні місця для ігор і розваг.  Поведінка в небезпечних ситуаціях. Телефони аварійних служб.  Дитина вдома. Побутові небезпеки.  Місця підвищеної небезпеки у школі.  Мікрорайон школи. Вибір безпечного маршруту від школи до дому. Складові дороги. Безпечний перехід проїзної частини дороги. Правила користування громадським транспортом  ***Практичні роботи***  *Моделювання ситуації повідомлення про небезпеку за телефонами аварійних служб.*  *Визначення безпечних місць для ігор на шкільному подвір’ї* |
| 2 | 10 | | Безпечні і небезпечні ситуації. Небезпечні речовини (отруйні, горючі, легкозаймисті).  Джерела допомоги в небезпечних ситуаціях (батьки, сусіди, родичі, аварійні служби).  Безпечна поведінка вдома. Користування телевізором, комп’ютером, мобільним телефоном. Ситуації можливої небезпеки у школі. План евакуації.  Безпека на дорозі. Правила пішохідного руху. Дорожня розмітка.  Безпека на відпочинку. Літні та зимові розваги. Профілактика обмороження, перегрівання, сонячних опіків.  Безпека у спілкуванні з дикими і бездомними тваринами.  Надання першої допомоги при забиттях, порізах, подряпинах, укусах комах.  ***Практичні роботи***  *Створення списку джерел допомоги у небезпечних ситуаціях (із допомогою дорослих).*  *Створення пам’ятки щодо перегляду телевізійних передач, користування комп’ютером і мобільним телефоном.*  *Відпрацювання навичок евакуації із приміщення школи згідно з планом евакуації.*  *Моделювання ситуації переходу дороги на регульованому і нерегульованому перехресті.*  *Моделювання ситуації надання першої допомоги при нескладних травмах.* |
| 3 | 6 | | Безпека вдома. Правила користування джерелами водопостачання. Пожежна безпека. Правила користування обігрівальними приладами. Правила користування газовою плитою. Ознаки витоку газу. Порядок дій при витоку газу.  Дорожня безпека. Перехід дороги в умовах обмеженої оглядовості. Поведінка біля залізничної колії. Безпека у населеному пункті. Безпека велосипедиста.  ***Практичні роботи***  *Ознайомлення із застережними знаками про небезпеку ураження електрострумом, про легкозаймисту речовину.*  *Ситуаційна гра «Як діяти при витоку газу».*  *Рольова гра «Викликаємо службу 101,102,103,104».*  *Моделювання ситуацій дорожнього руху (з дорожніми знаками: 1.27, 1.28, 1.30, 3.8, 4.12, 5.41, 5.43)* |
| 4 | 6 | | Наодинці вдома. Дії дитини за умови опосередкованої небезпеки: пожежа в іншій квартирі, іншому будинку тощо. Безпека школяра. Правила поведінки під час масових шкільних заходів. Вихід із небезпечних ситуацій поза межами домівки, школи.  Безпека руху пішоходів. Сигнали регулювання дорожнього руху. Види перехресть. Рух майданами. Дорожньо-транспортні пригоди (ДТП). Групи дорожніх знаків (6.1-6.4, 6.8-6.15, 7.1.4).  ***Практичні роботи:***  *Моделювання ситуації звернення телефоном довіри.* |
| Навчальні програми для загальноосвітніх навчальних закладів. 5-9 класи. Основи здоров’я. 2013 | 5 | 14 | | Безпека і небезпека. Принципи безпечної життєдіяльності.  Безпека на дорозі  Безпека пішохода. Види пішохідних переходів. Дорожня розмітка. Перехід багатосмугової дороги.  Безпека на зупинках громадського транспорту. Безпека пасажира. Правила користування громадським транспортом. Етика пасажира. Поведінка пасажира при ДТП.  Пожежна безпека.  Умови і причини виникнення пожеж. Принципи запобігання та гасіння пожеж.  Способи гасіння невеликих пожеж. Особливості гасіння електроприладів. Захист органів дихання під час пожежі.  Дитина в автономній ситуації  Безпека в побуті. Ризики побутового травмування, телефонного та телевізійного шахрайства, проникнення в оселю зловмисників.  Безпека надворі. Місця підвищеної небезпеки. Екстремальні ситуації з незнайомцями.  Безпечне довкілля  Стихійні лиха. Правила поведінки під час сильного вітру, грози та в разі потрапляння у зону підтоплення. Підручні рятувальні заходи.  Відпочинок на природі. Правила купання у водоймах. Дії у небезпечних ситуаціях на воді.  ***Діяльність:***  *Відпрацювання алгоритму дій при потраплянні у небезпечну ситуацію.*  *Відпрацювання навичок аналізу дорожньої ситуації, у тому числі й в умовах обмеженої оглядовості.*  *Прийняття зважених рішень щодо переходу дороги\*.*  *Моделювання ситуації відмови від пропозицій перейти дорогу у небезпечному місці.*  *Відпрацювання навичок поведінки у транспорті.*  *Розробка пам’ятки пасажира громадського транспорту.*  *Моделювання поведінки пасажира при аварії в громадському транспорті. Відпрацювання навичок евакуації з приміщення школи.*  *Відпрацювання навичок захисту органів дихання від отруйних газів.*  *Обстеження безпеки своєї оселі\*.*  *Відпрацювання алгоритму безпечної поведінки в місцях великого скупчення людей.*  *Відпрацювання навичок відмови від ігор у небезпечних місцях.*  *Моделювання безпечної поведінки під час сильного вітру, грози і підтоплення.*  *Моделювання ситуації надання допомоги постраждалому при тепловому або сонячному* *ударі.* |
| 6 | 13 | | Життя і здоров’я людини  Безпека життєдіяльності. Здоров’я і благополуччя. Життєві навички, сприятливі для здоров’я.  Ризики і небезпеки  Поняття про ризик. Виправдані і невиправдані ризики. Оцінка ризиків у щоденному житті. Екстремальні і надзвичайні ситуації.  Безпека в побуті  Правила користування газовими приладами, електроприладами, водогоном, тепловими мережами. Безпека при користуванні засобами побутової хімії.  Пожежна безпека оселі  Причини виникнення пожеж. Стадії розвитку пожежі. Пожежна охорона. Профілактика пожеж. План евакуації з будинку.  Засоби пожежогасіння. Гасіння невеликої пожежі. Захист органів дихання в зоні пожежі. Дії в разі загоряння одягу.  Безпека руху велосипедиста  Елементи конструкції велосипеда, що впливають на безпеку руху. Одяг для велосипедиста. Засоби безпеки велосипедиста.  Правила дорожнього руху для велосипедистів. Правила перевезення вантажів і виконання маневрів на велосипеді.  Поведінка в екстремальних ситуаціях.  Телефони аварійних служб. Повідомлення для рятувальним службам. Правила взаємодії з рятувальниками.  Перша допомога при ураженні електричним струмом, попаданні хімічних речовин на шкіру, отруєнні, ДТП.  ***Діяльність:***  *Відпрацювання алгоритму дій при потраплянні в екстремальну ситуацію.*  *Відпрацювання навичок безпечного зберігання ліків і засобів побутової хімії.\**  *Відпрацювання навичок екстреної евакуації з приміщення школи і своєї оселі.*  *Виготовлення ватно-марлевої пов’язки.*  *Моделювання ситуації виклику рятувальних служб.*  *Моделювання допомоги при ураженні електричним струмом.\**  *Моделювання допомоги при попаданні на тіло хімічних речовин.\**  *Моделювання допомоги при отруєнні хімічними речовинами.\**  *Вивчення вмісту автомобільної аптечки.\** |
| 7 | | 7 | Принципи безпечної життєдіяльності  Природні, техногенні та соціальні небезпеки. Види і джерела ризику. Рівні ризику.  Безпека на дорозі  Безпека пасажира легкового і вантажного автомобіля. Засоби безпеки легкового автомобіля. Заходи безпеки під час поїздки на вантажному автомобілі. Небезпечні вантажі.  Види ДТП. Положення тіла, які знижують ризики травмування під час ДТП. Дії свідків ДТП.  Побутова безпека  Безпека оселі. Правила безпеки при користуванні засобами побутової хімії, газовими приладами та пічним опаленням.  Пожежна безпека у громадських приміщеннях  Правила пожежної безпеки у школі. Оповіщення про пожежу. Первинні засоби пожежогасіння. Алгоритм дій під час пожежі в громадському приміщенні.  ***Діяльність:***  *Оцінювання ризиків щоденного життя.*  *Моделювання поведінки пасажира при ДТП.*  *Відпрацювання алгоритму дій під час пожежі в громадському приміщенні.* |
| Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 5-9 класи. Основи здоров’я. 2005 | 8 | | 4 | Надзвичайні ситуації (НС) соціального, природного та техногенного походження, причини їх виникнення.  Основні принципи порятунку та захисту людей. Оптимальні дії під час конкретних НС. Перша допомога при НС.  Безпека на дорогах. Правила для мотоциклістів. Перевезення пасажирів на мотоциклі.  Небезпеки під час терористичних актів.  ***Практична робота:***  *Моделювання ситуацій надання першої допомоги під час НС.* |
| 9 | |  | Безпека людини: економічна, продовольча, екологічна, особиста, громадянська, політична. Створення безпечних умов життєдіяльності з урахуванням індивідуальних особливостей.  Основи міжнародного та національного законодавства щодо безпеки і здоров’я людини. Безпека людини у контексті концепції ООН про сталий розвиток людства.  ***Практична робота:***  *Визначення безпечних умов життєдіяльності* |

**Виховна робота**

Питання щодо запобігання травмуванню учнів є складовою превентивної виховної діяльності навчального закладу і здійснюється через проведення комплексу бесід (занять) із попередження дитячого травматизму на виховних, класних годинах, позакласних заходах та інструктажів з безпеки життєдіяльності.

**Класними керівниками проводяться і фіксуються на окремих сторінках класного журналу:**

1. **Комплекс бесід (занять) із попередження дитячого травматизму.**
2. **Бесіди «Я обираю здоровий спосіб життя».**
3. **Додаткові бесіди (заняття).**

Комплекс бесід (занять) із попередження дитячого травматизму (збірник нормативних і методичних матеріалів «Система роботи з безпеки життєдіяльності», укладачі Волкова І.В., Холодова Н.О., Харків, ХОНМІБО, 2005) має на меті забезпечити школярам знання, уміння, переконання, необхідні кожній людині для збереження життя і здоров’я, надання першої допомоги потерпілим. Учні повинні бути підготовлені до дій у небезпечних ситуаціях, знати способи їх упередження, навчитися оберігати своє здоров’я.

**Циклограма проведення комплексу бесід (занять)**

**із попередження дитячого травматизму**

**класними керівниками 1-11 класу**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Зміст бесід (занять) | Місяць | | | | | | | | | |
| Кільк.  год | 9 | 10 | 11 | 12 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Кількість годин | | | | | | | | | |
| 1. | Правила дорожнього руху | 10 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2. | Правила протипожежної безпеки | 10 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 3. | Запобігання отруєнням | 2 |  | 1 |  |  |  |  |  |  | 1 |
| 4. | Правила безпеки при користуванні газом | 4 |  | 1 |  | 1 | 1 |  | 1 |  |  |
| 5. | Правила безпеки з вибухо-небезпечними предметами | 6 | 1 | 1 |  | 1 |  |  | 1 | 1 | 1 |
| 6. | Правила безпеки на воді | 5 | 1 |  | 1 | 1 |  |  | 1 |  | 1 |
| 7. | Правила безпеки користування електроприладами, при поводженні з джерелами електроструму | 4 |  |  | 1 |  | 1 |  |  | 1 | 1 |
|  | Разом годин: | 41 | 5 | 5 | 4 | 6 | 4 | 2 | 5 | 4 | 6 |

**Тематика бесід (занять) із попередження дитячого травматизму**

**1. Правила дорожнього руху**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Зміст занять | місяць |
| 1. | Організація дорожнього руху. Правосторонній, односторонній, двосторонній рух. Правила безпеки при переході вулиці. Наземний, надземний, підземний переходи | вересень |
| 2. | Типи перехресть (регульовані, нерегульовані).  Правила переходу дороги на перехрестях | вересень |
| 3. | Правила переходу вулиці після висадки з транспорту | жовтень |
| 4. | Дорожні знаки | листопад |
| 5. | Дорожня розмітка | грудень |
| 6. | Рух за сигналами регулювальника | січень |
| 7. | Пасажир в автомобілі | лютий |
| 8. | Основні види ДТП. Поведінка при ДТП | березень |
| 9. | Безпека руху велосипедиста | квітень |
| 10. | Підсумкове заняття з ПДР | травень |

**2. Правила протипожежної безпеки**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Зміст занять | місяць |
| 1. | Вогонь – друг, вогонь – ворог. Причини виникнення пожеж, їх наслідки | вересень |
| 2. | Дії під час виникнення пожеж у багатоповерховому будинку, власному будинку. Способи захисту органів дихання від чадного газу | жовтень |
| 3. | Правила експлуатації побутових нагрівальних, електричних та газових приладів | листопад |
| 4. | Пожежнонебезпечні речовини та матеріали. Пожежна безпека при поводженні з синтетичними, горючими, легкозаймистими матеріалами та речовинами | грудень |
| 5. | Пожежнонебезпечні об’єкти. Новорічні свята: новорічна ялинка, електричні гірлянди; небезпека використання відкритого вогню (свічки, бенгальські вогні тощо). Користування печами, камінами | грудень |
| 6. | Правила пожежної безпеки у вашому домі. Гасіння пожежі в квартирі на початковій стадії загоряння. Правила поводження під час пожежі | січень |
| 7. | Запобігання виникненню пожеж від електричного струму та правила гасіння таких пожеж. Дії учнів при пожежі | лютий |
| 8. | Домедична допомога постраждалим від пожеж. Шкідливість і небезпечність куріння | березень |
| 9. | Основні правила пожежної безпеки під час відпочинку в лісі | квітень |
| 10. | Підсумкове заняття. Протипожежна безпека | травень |

**3. Запобігання отруєнням**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Зміст занять | місяць |
| 1. | Поширення отруєння грибами, рослинами та їх насінням. Профілактика харчових отруєнь | жовтень |
| 2. | Запобігання отруєнням хімічними речовинами | травень |

**4. Правила безпеки при користуванні газом**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Зміст занять | місяць |
| 1. | Загальні відомості про природний та зріджений газ | жовтень |
| 2. | Правила безпечного користування побутовими газовими приладами: котел, пічка, запальничка тощо | грудень |
| 3. | Дії населення при виявленні запаху газу | січень |
| 4. | Ознаки отруєння. Запобігання отруєнню чадним газом.  Домедична допомога при отруєннях | березень |

**5. Правила безпеки з вибухонебезпечними предметами**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Зміст занять | місяць |
| 1. | Види боєприпасів, методи їх розпізнання. Небезпечні предмети (знахідки) та дії при їх виявленні | вересень |
| 2. | Правила поводження з ВНП, невизначеними предметами та речовинами | жовтень |
| 3. | Запобігання дитячому травматизму від ВНП побутового призначення: піротехнічні засоби, горючі та легкозаймисті речовини | грудень |
| 4. | Вогнепальна зброя – не забава. Небезпечність виготовлення та випробування вибухових пакетів, користування мисливськими рушницями | березень |
| 5. | Заходи безпеки під час збирання металевого брухту. Правила дії під час виявлення ВНП | квітень |
| 6. | Підсумкова бесіда. Обережність дітей під час літніх канікул – запорука життя та здоров’я | травень |

**6. Правила безпеки на воді**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Зміст занять | місяць |
| 1. | Вступ. Уміння триматися на воді – запорука безпеки.  Особливості купання у морі, річці, ставку | вересень |
| 2. | Допомога утопаючому. Рятувальні прийоми та засоби надання першої долікарняної допомоги потерпілому | листопад |
| 3. | Правила поведінки на кризі. Надання допомоги потерпілому на воді взимку | грудень |
| 4. | Правила безпечної поведінки на воді та біля води | березень |
| 5. | Дія води на організм людини. Як правильно купатися | травень |

**7. Правила безпеки користування електроприладами,**

**при поводженні з джерелами електроструму**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Зміст бесід занять | місяць |
| 1. | Поняття про джерела струму, їх небезпечність для життя та здоров’я людини | листопад |
| 2. | Правила поводження з побутовими електроприладами: праскою, холодильником, пральною (швацькою) машиною, електроплитою тощо | січень |
| 3. | Правила поведінки при виявленні обірваного електричного дроту | квітень |
| 4. | Правила поведінки поблизу електрощитової, лінії електропередач | травень |

Щорічно після вивчення всіх тем учні здають залік по кожному блоку занять. Заліки оцінюються «зараховано» або «не зараховано» і записуються у класному журналі на відповідній сторінці обліку бесід (занять) проти кожного прізвища учня.

**Відпрацьовані заняття з відсутніми учнями записуються у графі «Домашнє завдання» проти відповідної теми. Необхідно вказати дату проведення індивідуальної бесіди та прізвище учня.**

Бесіди (заняття) мають практичну спрямованість, проводяться в різних формах (ділова гра, ситуаційні завдання, круглий стіл тощо) відповідно до вікових особливостей учнів. Також рекомендується ведення учнями зошитів із проведення комплексу бесід щодо попередження дитячого травматизму. На окремі заняття (заліки) доцільно залучати представників медичних установ, ДАІ, закладів пожежної охорони тощо.

Звертаємо увагу, що ключовим елементом виховної діяльності з питань запобігання травматизму в умовах навчального закладу є формування стійких навичок здорового способу життя та усвідомленої безпечної поведінки учнівської молоді. При цьому потрібно враховувати:

* вік та характерні для певного віку особливості психофізичного розвитку учнів; специфіку сприймання, мислення, уваги, емоційно-вольової та потребово-мотиваційної сфер особистості; типові для конкретного віку способи міжособистісної взаємодії тощо;
* рівень опанування учасниками інформації з проблеми (достовірність, глибина, стійкість знань);
* особливості соціального оточення та життєвий досвід вихованців;
* рівень сформованості навичок безпечної поведінки.

Грамотна організація превентивної виховної діяльності має важливі особливості:

1. Одним із головних принципів профілактичної діяльності педагога є принцип «Не зашкодь». Інформація має бути достовірною, науковою, корисною для вихованців, не розширювати межі небезпечних знань.
2. Велике значення має мотивація на отримання знань: учні мають чітко усвідомлювати їх важливість для подальшого життя і здоров’я, захисту себе й інших людей.
3. Заходи мають практичне спрямування: їх результатом має бути формування готовності до здійснення правильних дій в надзвичайних та побутових ситуаціях, навичок безпечної поведінки щодо травмування, усвідомлення кожною дитиною важливості власних якостей (уважності, обережності, відповідальності тощо) й навичок для захисту себе й оточуючих.
4. Виховний процес має будуватися у тому числі на моральних та духовних цінностях, сприяти формуванню ціннісних спрямувань та ціннісних ставлень до власного здоров’я та здоров’я інших людей, усвідомленню цінності власної особистості і оточуючих.
5. Важливими щодо запобігання травмуванню є формування навичок безконфліктного спілкування в соціумі, уміння вирішувати конфлікти.
6. Інформацію слід надавати виключно в позитивній формі. Міфи, страхи, неприйняття, осуд заважають усвідомленню вірних шляхів вирішення проблеми. Це слід ураховувати під час вибору форми проведення профілактичного виховного заходу.

Ефективними в профілактичній роботі є традиційні та нові форми виховної роботи, які відповідають інтересам і потребам учнів, спонукають їх осмислено діяти, сприяють формуванню особистої позиції щодо проблеми.

Найбільш доцільними формами проведення занять щодо запобігання травмуванню є:

* для учнів 1-4 класів: рольові та ситуативні ігри, вікторини, гра станціями «Я обираю здоровий спосіб життя», конкурси малюнків, перегляд навчальних мультфільмів, конкурс інсценованої казки тощо;
* для учнів 5-8 класів: вікторини, зустрічі з фахівцями (медиками, співробітниками МНС, ДАІ, правоохоронних, рятувальних, військових служб та інш.), перегляд тематичних фільмів з обов’язковим наступним обговоренням, інформаційні кампанії, усні журнали, тематичні конкурси плакатів і малюнків «Життя без травмування» тощо;
* в превентивній роботі зі старшокласниками слід приділити особливу увагу активному способу пізнання (засідання «круглих столів» із залученням фахівців, проектна діяльність, акції «Життя і безпека», дискусії, розробка пам’ятки для молодших школярів, батьків, жителів мікрорайону, тематичні конкурси колажів тощо). Ці форми спонукають молодь приймати відповідальність за власну обізнаність, власний вибір. Підлітку чи молодій людині легше розібратися, коли є можливість висловити свої думки і погляди, отримати відповіді на питання. Групова робота сприяє обміну ідеями і взаємному збагаченню досвідом.

Превентивна робота з питань запобігання травмуванню має спрямовуватися також на підвищення обізнаності батьківської громадськості (батьківський лекторій «Безпека заради життя і здоров’я», зустрічі з фахівцями, виступи учнівських агітбригад тощо).

Звертаємо увагу, що відповідно до Положення про організацію роботи   
з охорони праці учасників навчально-виховного процесу в установах і навчальних закладах, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 01.08.2001 № 563, **класними керівниками 1-11 класів** також обов’язково проводяться:

* + 1 вересня − вступний інструктаж з безпеки життєдіяльності, який фіксується на окремій сторінці класного журналу;
  + перед початком канікул – первинний інструктаж з безпеки життєдіяльності, який знайомить учнів з правилами поведінки під час канікул. Реєструється в окремому журналі реєстрації інструктажів з безпеки життєдіяльності.

Нагадуємо, що **на початку навчального року вчителями в кожному кабінеті навчального закладу** проводиться первинний інструктаж з безпеки життєдіяльності, який включає правила поведінки у визначеному класі (кабінеті) і реєструється в окремому журналі реєстрації інструктажів з безпеки життєдіяльності.

**Поради психолога**

Важливим аспектом профілактики суїцидальних тенденцій серед учнів постає питання педагогічного відстеження емоційного стану учнів. Робота з профілактики самогубств ускладнюється індивідуальністю їх вчинення, низьким рівнем обізнаності працівників, які здійснюють відповідну профілактичну роботу з дітьми щодо типової поведінки підлітків, схильних до самогубств. Як наслідок – це призводить до неможливості своєчасного виявлення та вжиття відповідних заходів реагування зі сторони батьків, педагогів та інших дорослих осіб.

З метою результативного попередження таких випадків і спроб пропонуємо ознайомитись із базовою інформацією з цього питання.

Основними причинамискоєння навмисних самоушкоджень дітьми є:

* умови сімейного виховання: відсутність батька в ранньому дитинстві, матріархальний стиль відносин у родині, де були випадки самогубств;
* конфлікти в родині, з друзями чи однокласниками;
* негаразди в особистому житті на ґрунті нерозділеного кохання чи розставання з коханою людиною;
* низьке матеріальне забезпечення родини;
* маніпулятивні спроби, бажання привернути до себе увагу тощо;
* ускладнена адаптація до нових умов навчання, проживання;
* знущання з боку однокласників, товаришів, втрата соціального статусу в колективі, ізоляція від соціального оточення;
* залучення та причетність до різних неформальних молодіжних течій, страх перед відповідальністю за скоєний злочин;
* психічні розлади, смерть або втрата близької людини,
* глибокі почуття депресії, безнадійності та безпомічності.

Характерні риси осіб, які мають ризик до скоєння суїциду:

* невпевненість в собі;
* низький чи занижений рівень самооцінки;
* нереалізована потреба у самореалізації;
* висока потреба у розумінні та підтримці з боку оточуючих;
* несамостійність та труднощі у подоланні перешкод при прийнятті рішень;
* зниження рівня оптимізму та активності у складних життєвих ситуаціях;
* схильність до самообвинувачення, перебільшення своєї провини.

Поведінкові прояви, на основі яких можна вчасно виявити дітей з високим ризиком вчинення суїцидальних дій:

* відкрите висловлювання про бажання покінчити з собою (товаришам по навчанню, знайомим);
* непрямі «натяки» на можність скоєння суїциду («репетиція» самогубства, тобто, прилюдна демонстрація петлі з ремня, мотузки, імітація самогубства тощо);
* активна попередня підготовка, цілеспрямований пошук засобів покінчити з собою та створення відповідних умов (накопичення отруйних і лікарських препаратів).

**Міфи і факти про самогубства**

|  |  |
| --- | --- |
| **Хибні уявлення** | **Правда про самогубства** |
| самогубства здійснюються, в основному, психічно хворими людьми | дослідження показують, що більшість неповнолітніх, які вчинили самогубства, були здоровими особами |
| самогубство неможливо попередити. Якщо людина вирішила покінчити життя самогубством, то ніхто і ніщо не може її зупинити | кризовий період має визначену тривалість і «потреба в самогубстві» у більшості людей є тимчасовою. Саме в цей період людина потребує теплоти, допомоги та підтримки |
| існує такий тип темпераменту людей, які схильні до самогубства | самогубство здійснюють люди різних психологічних типів залежно від сили психотравмуючої ситуації і її оцінки особистістю як нестерпної |
| не існує ніяких ознак, які б вказували на те, що людина зважилась на самогубство | як правило, передує нетипова, непритаманна раніше поведінка: різка зміна настрою, зміна поведінкової реакції, повна байдужість до всього, що відбувається навколо та у власному житті |
| рішення про самогубство приходить раптово, без попередньої підготовки, | аналіз суїцидальних дій показує, що вони є результатом достатньо довгодіючої психотравматизації |
| схильність до самогубства передається від батьків дітям | якщо в сім’ї були випадки суїциду, або суїцидальних спроб, то вірогідність їх здійснення іншими членами сім’ї теоретично дійсно зростає, але прямої залежності не існує |
| зниженню кількості самогубств сприяє активна пропагандистська робота в засобах масової інформації, розповіді про те, чому і як люди здійснюють самогубства | існує залежність між повідомленнями про самогубства і зростання суїцидальної активності.  У пресі необхідно обговорювати не сам факт суїциду, а якими засобами, крім самогубства, можна вирішити життєві проблеми. |

При виявленні дитини у станах, які описані вище, слід:

* негайно звернутися до спеціалістів;
* ненав’язливо спробувати зацікавити дитину справою, включити в позитивну діяльність з урахуванням її уподобань, нахилів, бажань;
* уважно ставитися до найменших перемог вихованця, надавати вербальну підтримку.

**Поради щодо формування довільної уваги школярів у запобіганні схильності до травмування**

Науковцями доведено, що схильність людини до травмування (теорія Карла Марбе) у більшій степені визначається особистісними психологічними характеристиками (розвитком уваги, її здатністю до розподілу та переключення). Саме тому педагогічним працівникам варто приділити увагу формуванню уважності в учнів. Для цього під час вивчення нових знань слід викликати в школярів мимовільну увагу, зацікавивши їх змістом, наочністю, яскравими рухами, виразом обличчя тощо. Слід також спрямовувати увагу дітей на головне: «зверніть увагу на...», «дивіться сюди», «уважно придивіться до ...».

Щоб сформувати в учнів уміння зосереджувати увагу на об’єкті значимому та цінному, треба:

* захоплювати їх цікавою, складною, але посильною роботою;
* домагатися усвідомленості і відповідальності за виконувану роботу;
* увага має пов’язуватися з вимогами дисципліни;
* розвивати стійкість уваги через формування вольових якостей;
* формувати обсяг і розподіл уваги шляхом одночасного виконання декількох дій;
* пропонувати для виконання вправи на переключення уваги з об’єкта на об’єкт, вправи на швидкість по виділенню найбільш важливих об’єктів з безлічі другорядних.

Кращий спосіб формування у людини уважності – це не дозволяти йому робити роботу недбало. Про сформованість довільної уваги можна казати, якщо людина може працювати в будь-яких умовах, не звертаючи уваги на відволікаючі моменти.

**Надання допомоги дитині, яка опинилася в небезпечній ситуації**

Доречними для педагогічних працівників будуть знання щодо надання необхідної допомоги дитині, яка опинилася в ситуації, що в її сприйнятті (і/чи в реальності) є вкрай небезпечною. Дорослі мають надати таку допомогу дитині найближчим часом:

1. Відвести дитину з місця події та створити для неї максимально комфортне безпечне середовище: зігріти (теплий одяг, ковдра, грілка тощо), дати теплий солодкий чай (якщо можливо, з лимоном), створити тишу, вимкнути яскраве світло. Говорити із дитиною спокійним голосом, запевняючи, що ви поруч, все гаразд і дитина в безпеці, що «все минулося».

2. Пояснити дитині, що трапилась дуже неприємна подія. Якщо в дитини є поранення, слід пояснити, що саме трапилось і запевнити в тому, що буде надана необхідна лікарська допомога. Переконувати, що ви поруч і знаєте, що слід робити в такій ситуації.

3. Слід просити дитину описати кімнату або інше місце, де вона зараз знаходиться. Запитати, чи вона вже зігрілась, чи хоче теплого чаю. Називати дитину по імені, називати інших близьких людей, які є поруч («подивися, тут є твій тато, твоя бабуся, вони поруч, все гаразд»). Намагатися дивитися дитині в очі, тримати за руку або легенько обіймати. Якщо дитина не опирається, обійняти її та робити «колихальні» рухи (як колишуть малу дитину).

4. Через деякий час дитина може почати тремтіти або рухатись, махати руками, кричати, бігати, плакати. Таке збудження є нормальним (від декількох хвилин до декількох годин) після травмуючої події. У цей період важливо не докоряти дитині і не стримувати її, а супроводжувати, тим самим дати змогу для виходу негативної енергії, що накопичилася під час травматичного стресу. Варто бути уважними, бо в цей час дитина може не контролювати себе і наражатися на небезпеку.

5. Слід дозволяти дитині плакати і виражати сильні почуття, проте запевняти, що все буде гаразд («так, ти сильно налякався/налякаляся, проте все буде добре»). Важливо надати дитині якомога більше підтримки, проте говорити небагато і простими словами: «Я поряд», «Все буде добре», «Ти в безпеці», «Мама вже їде до тебе» тощо. Також можна говорити дитині, що вона сильна і в неї все вийде.

6. У наступні за травматичними подіями дні дитина може потребувати підвищеної уваги та спокою. Вірогідно, вона буде дратівливою, вимогливою, нестриманою. Або, навпаки, здаватися боязкою та ховатися. Вона може злитися на вас або на себе. Або робити вигляд, що «нічого не сталося». Можуть спостерігатися порушення сну (утруднення засинання, нічні пробудження, кошмарні сновидіння), одноманітні рухи або дії, повторюватися малюнки або ігри (в тій чи іншій мірі пов’язані із пережитою подією). У цей період важливо заспокоювати дитину, перемежовувати розмови про подію, що трапилася, іншими розмовами або іншою діяльністю, що має бути приємною.

7. Щодо почуття страху, то важливо запевняти дитину в тому, що боятися – це природно. Що сміливі люди – також бояться. Проте їм вдається впоратися із власним страхом. І що дитина також смілива, сильна і обов’язково впорається.

8. Через деякий час дитина захоче зрозуміти сенс того, що відбулося. Можуть виникнути питання захищеності, справедливості, провини – чиєїсь і власної. Не залишайте дитину на самоті. Якщо почуття власної провини досить сильні або виникають питання про відсутність сенсу життя після травми, – це привід звернутися до психотерапевта. Дитину необхідно зорієнтувати в тих діях, що мають відбутися (лікування, процедури, похорон тощо). Важливо, щоб дитину підтримувала близька доросла людина, яка сама не є постраждалою.

У цей час дитина потребує розмов і відповідей на запитання. Також доцільними будуть спільні ігри, малювання, ліплення, прогулянки. Питання, які ставитиме дорослий щодо смислу гри або малюнка, допоможуть їй зорієнтуватися в тому, що сталося, та знайти нові смисли.

Методичні рекомендації уклали:

Берзіня О.О., Волкова І.В., Гніда Т.Б., Колісник О.В., співробітники Центру практичної психології, соціальної роботи та здорового способу життя   
КВНЗ «Харківська академія неперервної освіти».