

Государственное автономное образовательное учреждение

«Бугульминский аграрный колледж»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАПОУ «БАК»

\_\_\_\_\_ Ф.Ю.Гатин

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г



## ПРОГРАММА

**по профилактике терроризма и экстремизма, конфликтных ситуаций  
на межнациональной и религиозной почве в молодежной среде**

**«Мы против насилия и  
экстремизма»**

**на 2025-2026 уч.г.**

г.Бугульма, 2025 г

Рабочая программа по профилактике терроризма и экстремизма, конфликтных ситуаций на межнациональной и религиозной почве в молодежной среде разработана в соответствии с Конституцией Российской Федерации, Федеральным законом от 25 июля 1998 г. № 130-ФЗ «О борьбе с терроризмом», Федеральным законом от 25 июля 2002 г. № 114-ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности» (с изменениями и дополнениями), Федеральный закон РФ от 06.03.2006 г. № 35-ФЗ «О противодействии терроризму», «Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации (утверждена Президентом Российской Федерации Д. Медведевым 5 октября 2009 года)», «Стратегия противодействия экстремизму в Российской Федерации до 2025 года (утверждена Президентом РФ 28.11.2014 г. № Пр-2753)»

Разработчики: Фомичева А.В., заместитель директора по учебно-воспитательной работе; Кузнецова М.М., инженер по охране труда, Воронина А.В., советник директора по воспитанию.

Организация-разработчик: ГАПОУ «Бугульминский аграрный колледж»

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Угроза экстремизма и терроризма продолжает оставаться одним из основных факторов, дестабилизирующих общественно – политическую обстановку в Российской Федерации.

Формирование негативного отношения к таким опасным явлениям в обществе, как экстремизм и терроризм, является комплексной задачей, требующей скоординированных усилий органов государственной власти всех уровней с общественными организациями и объединениями, религиозными структурами, другими институтами гражданского общества и отдельными гражданами.

В последнее время активизировалась деятельность асоциальных молодежных организаций, спекулирующих на идеях национального возрождения и провоцирующих рост преступных акций, нарушения общественного порядка на этно – религиозной, политической почве. Это приводит к социальной напряженности и ведет к усилению экстремистских проявлений. Молодежь может быть вовлечена в деятельность экстремистских организаций через Интернет, где они могут столкнуться с вредным контингентом. Проблема толерантности в Российской Федерации в настоящее время является достаточно актуальной. В связи с этим в колледже необходимо создание программы по профилактике экстремизма и терроризма с последующей её реализацией.

Программа направлена на укрепление в колледже толерантной среды на основе принципов мультикультурализма ценностей многонационального российского общества, соблюдения прав и свобод человека, поддержание межнационального мира и согласия.

Она призвана укрепить основы и методы процесса формирования толерантного сознания и поведения обучающимися ГАПОУ «Бугульминский аграрный колледж». Реальными механизмами её осуществления являются комплексные меры, направленные на развитие гражданского общества, воспитание гражданской солидарности, патриотизма и интернационализма, поддержание мира и согласия, противодействие любым проявлениям экстремизма.

### **Цель:**

- разработка системы мер, направленной на профилактику и пресечение террористических и экстремистских проявлений, формирование толерантной среды среди обучающихся ГАПОУ «Бугульминский аграрный колледж» на основе ценностей многонационального Российского общества, принципов соблюдения прав и свобод человека.

### **Задачи:**

- воспитание культуры толерантности и межнационального согласия
- достижение необходимого уровня правовой культуры обучающихся как основы толерантного сознания и поведения
- общественное осуждение и пресечение на основе действующего законодательства любых проявлений дискриминации, насилия, расизма и экстремизма на национальной и конфессиональной почве.
- повышение уровня межведомственного взаимодействия по профилактике терроризма и экстремизма
- формирование в молодежной среде мировоззрения и духовно – нравственной атмосферы этнокультурного взаимоуважения, основанных на принципах уважения прав и свобод человека, стремления к межличностному миру и согласию, готовности к диалогу
- проведение воспитательной, пропагандистской работы с обучающимися и работниками колледжа, направленной на формирование у молодежи чувства патриотизма, гражданственности, а также этнокультурного характера
- повышение занятости молодежи во внеурочное время

- организация волонтерского движения по реализации мероприятий, противодействующих молодежному экстремизму

### **ОСНОВНЫЕ ФОРМЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:**

- проведение уроков и внеклассных мероприятий по воспитанию культуры толерантности, укреплению толерантности и профилактике экстремизма и терроризма;
- проведение уроков и внеклассных мероприятий по изучению истории и культуры, ценностей и традиций народов России и мира;
- организация тематических экскурсий в музеи, к памятникам истории и культуры;
- проведение этнокультурных и межнациональных мероприятий и культурных акций в колледже, участие в районных и городских мероприятиях и акциях.

### **ОСНОВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ ПРОГРАММЫ:**

- последовательное обеспечение конституционных прав, гарантирующих равенство обучающихся любой расы и национальности, а также свободу вероисповедания;
- утверждение общероссийских гражданских и историко – культурных ценностей, поддержание российского патриотизма и многокультурной природы российского государства и российского народа как гражданской нации;
- последовательное и повсеместное пресечение проповеди нетерпимости и насилия;
- утверждение в колледже концепции много культурности и многоукладности российской жизни;
- развитие воспитательной и просветительской работы с обучающимися родителями о принципах поведения в вопросах веротерпимости и согласия;
- реагирование на случаи проявления среди молодежи негативных стереотипов, межэтнической розни и личностного унижения представителей других национальностей и расового облика;
- пресечение деятельности и запрещение символики экстремистских групп и организаций в колледже;
- индивидуальная работа с теми, кто вовлечен в деятельность подобных групп или разделяет подобные взгляды;
- расширение для обучающихся экскурсионно – туристической деятельности для углубления их знаний о стране и ее народах;
- развитие художественной самодеятельности на основе различных народных традиций и культурного наследия, а также создание современных мультимедийных продуктов о культурном многообразии России.

### **РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ ПОЗВОЛИТ:**

- создать эффективную систему правовых, организационных и идеологических механизмов противодействия экстремизму, этнической и религиозной нетерпимости;
- снизить степень распространенности негативных этнических установок и предрассудков в студенческой среде;
- способствовать формированию толерантного сознания, основанного на понимании и принятии культурных отличий, неукоснительном соблюдении прав и свобод граждан;
- сформирует у обучающихся навыки цивилизованного общения в интернет-пространстве, этикета в чатах и форумах;
- обеспечит информационную безопасность;
- предотвратит участие обучающихся в организациях, неформальных движениях, осуществляющих социально негативную деятельность.

## ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- укрепление и культивирование в молодежной среде атмосферы межэтнического согласия и толерантности;
- препятствование созданию и деятельности националистических экстремистских молодежных группировок;
- противодействие проникновению в общественное сознание идей религиозного фундаментализма, экстремизма и нетерпимости;
- совершенствование форм и методов работы по профилактике проявлений ксенофобии, национальной и расовой нетерпимости, противодействию этнической дискриминации;
- повышение уровня компетентности обучающихся образовательного учреждения в вопросах миграционной и национальной политики, способах формирования толерантной среды и противодействия экстремизму;
- создание эффективной системы правовых, организационных и идеологических механизмов противодействия экстремизму, этнической и религиозной нетерпимости.

### ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ ПРОГРАММЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ТЕРРОРИЗМА И ЭКСТРЕМИЗМА на 2025 – 2026 уч.г

№	Мероприятие	Дата проведения	Ответственный
<b>МЕРОПРИЯТИЯ С ПЕДАГОГИЧЕСКИМ КОЛЛЕКТИВОМ, РАБОТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ</b>			
1.	Проведение обследования колледжа, общежития, помещения мастерских и прилегающей территории на предмет оценки уровня антитеррористической защищенности и готовности к новому учебному году	сентябрь	Директор Заместители директора
2.	Ознакомление с планом мероприятий по противодействию экстремизма на учебный год	сентябрь	Зам.директора по УВР Преподаватели
3.	Инструктаж сотрудников по теме «План действий против террора и диверсий»	сентябрь	Преподаватель ОБЖ Инженер по охране труда
4.	Учебно – тренировочные занятия по информированию и обучению работников и обучающихся навыкам безопасного поведения при угрозе совершения террористического акта	2 раза в год	Зам.директора по АХЧ Преподаватель ОБЖ Инженер по охране труда
5.	Накопление методического материала по противодействию экстремизму и терроризму. Размещение на сайте колледжа	в течение года	Зам.директора по УВР Инженер по охране труда
6.	Распространение памяток, методических инструкций по противодействию экстремизма терроризма	в течение года	Зам.директора по УВР Инженер по охране труда

7.	Изучение администрацией, педагогами нормативных документов по противодействию экстремизма	в течение года	Преподаватель ОБЖ Инженер по охране труда
8.	Усиление пропускного режима, контроль за пребыванием посторонних лиц на территории и в здании колледжа и общежития	в течение года	Зам.директора по АХЧ Инженер по охране труда Вахтеры
9.	Обновление наглядной профилактической агитации, оформление стендов, по противодействию экстремизму и терроризму	1 раз в полугодие	Зам.директора по УВР Инженер по охране труда

### **МЕЖВЕДОМСТВЕННОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С СУБЪЕКТАМИ ПРОФИЛАКТИКИ**

10.	Уроки безопасности с привлечением сотрудников МВД, ГИБДД, МЧС г.Бугульма,	в течение года	Зам.директора по УВР
11.	Цикл профилактических бесед для студентов с разъяснением правовых вопросов экстремисткой и террористической деятельности (с участием инспекторов ПДН МВД г.Бугульма)	в течение года	Зам.директора по УВР
12.	Организация информационного обмена с МВД г.Бугульма о выявленных лицах, деятельность которых направлена на вовлечение молодежи в экстремистскую деятельность	в течение года	Зам.директора по УВР
13.	Рассмотрение и утверждение плана воспитательной работы	сентябрь	Зам.директора по УВР

### **МЕРОПРИЯТИЯ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ**

14.	Памятная линейка, посвященная Дню солидарности в борьбе с терроризмом	сентябрь	Зам.директора по УВР
15.	Тематические классные часы: «Преступная сущность идеологии терроризма», «Учимся жить в многоликом мире», «Противодействие идеологии экстремизма и терроризма в сети Интернет».	в течение года	Зам.директора по УВР Классные руководители групп
14.	Мониторинг социальных сетей обучающихся по вопросам выявления экстремистских проявлений	в течение года	Классные руководители групп
15.	Часы общения по толерантному воспитанию	сентябрь	Советник директора по воспитанию Классные руководители групп
16.	Тренировка «Действия при обнаружении предмета, похожего на взрывное устройство»	в течение года	Инженер по охране труда Преподаватель-организатор ОБЖ Зам.директора по АХЧ
17.	Оформление выставки в библиотеке «Традиции и обычаи русского народа и народов, проживающих на территории РФ»	в течение года	Библиотекарь

18.	Мониторинг по определению социально-психологической комфортности в студенческой среде	2 раза в год	Зам.директора по УВР
19.	Индивидуальная профилактическая работа с обучающимися «группы риска»	в течение года	Зам.директора по УВР
20.	Подготовка и участие в спортивных мероприятиях по плану воспитательной работы колледжа	в течение года	Зам.директора по УВР Педагог доп.образования
21.	Вовлечение обучающихся в программы дополнительного образования	в течение года	Зам.директора по УВР Педагог доп.образования Классные руководители групп
22.	Посещение тематических выставок, музеев, экскурсий, мероприятий	в течение года	Зам.директора по УВР Педагог доп.образования Классные руководители групп
23.	Повышение квалификаций преподавателей по вопросам противодействия идеологии экстремизма и терроризма	в течение года	Зам.директора по УВР Классные руководители групп
<b>МЕРОПРИЯТИЯ С РОДИТЕЛЯМИ (ЗАКОННЫМИ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ)</b>			
24.	Родительские собрания: «Формирование толерантного поведения в семье», «Безопасный интернет», «Организация занятости обучающихся во внеучебной деятельности с целью недопущения их участия в несанкционированных акциях»	в течение года	Зам.директора по УВР Педагог доп.образования Классные руководители групп
25.	Индивидуальные консультации родителей по проблеме экстремизма и терроризма	в течение года	Зам.директора по УВР Классные руководители групп
26.	Распространение памяток по обеспечению безопасности обучающихся	в течение года	Классные руководители групп

## ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

### 1. Экстремистская деятельность (экстремизм):

- Насильственное изменение основ конституционного строя и нарушение целостности Российской Федерации;
- Публичное оправдание терроризма и иная террористическая деятельность;
- Возбуждение социальной, расовой, национальной или религиозной розни;
- Пропаганда исключительности, превосходства либо неполноценности человека по признаку его социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности или отношения к религии;
- Нарушение прав, свобод и законных интересов человека и гражданина в зависимости от его социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности или отношения к религии;
- Воспрепятствование осуществлению гражданами их избирательных прав и права на участие в референдуме или нарушение тайны голосования, соединенные с насилием либо угрозой его применения;
- Воспрепятствование законной деятельности государственных органов, органов местного самоуправления, избирательных комиссий, общественных и религиозных объединений или иных организаций, соединенное с насилием либо угрозой его применения;
- Совершение преступлений по мотивам, указанным в пункте "е" части первой статьи 63 Уголовного кодекса Российской Федерации;
- Пропаганда и публичное демонстрирование нацистской атрибутики или символики либо атрибутики или символики, сходных с нацистской атрибутикой или символикой до степени смешения;
- Публичные призывы к осуществлению указанных деяний либо массовое распространение заведомо экстремистских материалов, а равно их изготовление или хранение в целях массового распространения;
- Публичное заведомо ложное обвинение лица, замещающего государственную должность Российской Федерации или государственную должность субъекта Российской Федерации, в совершении им в период исполнения своих должностных обязанностей деяний, указанных в настоящей статье и являющихся преступлением;
- Организация и подготовка указанных деяний, а также подстрекательство к их осуществлению;
- Финансирование указанных деяний либо иное содействие в их организации, подготовке и осуществлении, в том числе путем предоставления учебной, полиграфической и материально-технической базы, телефонной и иных видов связи или оказания информационных услуг.

**Экстремистская организация** - общественное или религиозное объединение либо иная организация, в отношении которых по основаниям, предусмотренным Федеральным законом от 25 июля 2002 года N 114-ФЗ "О противодействии экстремистской деятельности", судом принято вступившее в законную силу решение о ликвидации или запрете деятельности в связи с осуществлением экстремистской деятельности.

**Экстремистские материалы** – предназначенные для обнародования документы либо информация на иных носителях, призывающие к осуществлению экстремистской деятельности либо обосновывающие или оправдывающие необходимость осуществления такой деятельности, в том числе труды руководителей национал-социалистской рабочей партии Германии, фашистской партии Италии, публикации, обосновывающие или оправдывающие национальное и (или) расовое превосходство либо оправдывающие практику совершения военных или иных преступлений, направленных на полное или частичное уничтожение какой-либо этнической, социальной, расовой, национальной или религиозной группы.

## **2. Основные направления противодействия экстремистской деятельности.**

Противодействие экстремистской деятельности осуществляется по следующим основным направлениям:

- принятие профилактических мер, направленных на предупреждение экстремистской деятельности, в том числе на выявление и последующее устранение причин и условий, способствующих осуществлению экстремистской деятельности;
- выявление, предупреждение и пресечение экстремистской деятельности общественных и религиозных объединений, иных организаций, физических лиц.

## **3. Субъекты противодействия экстремистской деятельности.**

Федеральные органы государственной власти, органы государственной власти субъектов Российской Федерации, органы местного самоуправления участвуют в противодействии экстремистской деятельности в пределах своей компетенции.

## **4. Профилактика экстремистской деятельности.**

В целях противодействия экстремистской деятельности федеральные органы государственной власти, органы государственной власти субъектов Российской Федерации, органы местного самоуправления в пределах своей компетенции в приоритетном порядке осуществляют профилактические, в том числе воспитательные, пропагандистские, меры, направленные на предупреждение экстремистской деятельности.

**5. Толерантность** (лат. *tolerantia* - терпение) - терпимость к чужому образу жизни, поведению, чужим обычаям, чувствам, верованиям, мнениям, идеям. Толерантность является одним из основополагающих демократических принципов, неразрывно связанным с концепциями плюрализма, социальной свободы и прав человека.

**6. Ксенофобия** (греч. *xenos* - чужой + *phobos* - страх) - особенность менталитета общества, которая проявляется в негативном отношении к социальным общностям или отдельным людям, воспринимаемым в качестве чужих и поэтому эмоционально неприемлемых, враждебных.

**7. Терроризм** (насильственные действия) — политика, основанная на систематическом применении террора. Несмотря на юридическую силу термина «терроризм», его определение вплоть до настоящего времени остается неоднозначным.

**8. Террористическая деятельность**- деятельность, включающая в себя:

- а) организацию, планирование, подготовку и реализацию террористической акции;
- б) подстрекательство к террористической акции, насилию над физическими лицами или организациями, уничтожению материальных объектов в террористических целях;
- в) организацию незаконного вооруженного формирования, преступного сообщества (преступной организации), организованной группы для совершения террористической акции, а равно участие в такой акции;
- г) вербовку, вооружение, обучение и использование террористов;
- д) финансирование заведомо террористической организации или террористической группы или иное содействие им (ФЗ "О борьбе с терроризмом" от 25 июля 1998 г.)

**9. Террористическая организация** — организация, созданная в целях осуществления террористической деятельности или признающая возможность использования в своей деятельности терроризма

**10. Террористический акт** (сокращённо **теракт**) — совершение взрыва, поджога или иных действий, устрашающих население и создающих опасность гибели человека, причинения значительного имущественного ущерба, либо наступления иных тяжких последствий, в целях воздействия на принятие решения органами власти или международными организациями, а также угроза совершения указанных действий в тех же целях.

## **1. ПРИЛОЖЕНИЯ**

### **Памятки по правилам поведения КАК ВЕСТИ СЕБЯ ПРИ ТЕРАКТАХ БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ!**

Безопасность зависит от нас самих. Полиция может помочь, может посодействовать в предотвращении терактов, но стоять за спиной каждого не в силах. Притупление нашей бдительности - извечная мечта террористов. На улице, в транспорте, во дворах и подъездах мы должны быть внимательными и осмотрительными. Это не подозрительность. Нет. Это наш хозяйский подход ко всему окружающему.

Нас почему-то перестало интересовать, кто живёт рядом, чем занимается. Это не мещанское любопытство, а необходимые вежливость и уважение к соседу, человеку, с которым каждый день встречаемся. А может быть, у него несчастье - надо предложить помощь, оказать содействие. Может, у него день рождения - хорошо бы поздравить. Этого требует нормальное, доброе человеческое общение.

Вдруг появились новые люди: откуда, зачем, к кому? Если самому выяснить не удаётся, можно предупредить участкового, позвонить в отделение милиции, обратиться в домоуправление.

Если вы внимательны, то знаете во дворе почти все автомашины и их владельцев. Появилась новая, незнакомая, она стоит близко у дома... И это должно озаботить вас. Здесь помогут ГИБДД, граждане своего же дома. Заметили, что с двери, ведущей в подвал, сорван замок, проинформируйте хотя бы дворника или работников домоуправления.

В последнее время террористы перевозят взрывчатку в мешках, маскируя под сахар. Могут быть ящики и коробки, тюки и большие сумки, которыми пользуются "челноки" и торговцы. Груз достаточно велик и не заметить его нельзя. Надо быть бдительными!

### **ДЕЙСТВИЯ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ВЗРЫВООПАСНОГО ПРЕДМЕТА**

Обнаружив подозрительную вещь в общественном транспорте, опросите пассажиров. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите об этом водителю.

Обнаружив бесхозный предмет в подъезде своего дома, опросите соседей. Если владелец не установлен, немедленно сообщите об этом в отделение милиции.

Обнаружив признаки установки взрывного устройства в учреждении, немедленно сообщите о находке администрации.

Не подходите к подозрительному предмету, не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте его.

Запомните время обнаружения подозрительного предмета

Предупредите людей, чтобы они отошли как можно дальше от опасной находки

Обязательно дождитесь специалистов, так как вы являетесь самым важным очевидцем

Не предпринимайте самостоятельно никаких действий с подозрительными предметами - это может привести к многочисленным жертвам и разрушениям!

Помните! Для маскировки взрывных устройств чаще всего используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, портфели, игру.

## ДЕЙСТВИЯ ПРИ СТРЕЛЬБЕ В НАСЕЛЕННОМ ПУНКТЕ

Человека, случайно попавшего под обстрел, обычно охватывают паника и страх. Как правило, он не знает, что делать. У него появляется неодолимое желание убежать от опасности. В таких ситуациях нельзя мешкать, а сразу предпринять определенные действия

### На улице:

Несмотря ни на что, сразу же ложитесь и замрите

Осмотрите, чтобы найти укрытие (канаву, бетонную урну, угол здания, подземный переход, бордюрный камень)

Осторожно, лучше ползком переместитесь за укрытие.

Учтите, что неосторожным передвижением вы можете вызвать огонь на себя, так как стреляющие могут принять вас за противника

В доме (квартире):

Ни в коем случае не подходите к окнам, так как опасность прямого попадания пули достаточно велика.

Укройтесь в помещении, которое не имеет окон (ванная, туалет). Это поможет вам уберечься от рикошета, так как пуля, залетевшая в окно, от бетонных или кирпичных стен может срикошетировать не один раз.

Если после перестрелки возникла необходимость оказать помощь раненым, громко предупредите их об этом. Иначе находящиеся в шоковом состоянии люди могут продолжить стрельбу.

## ДЕЙСТВИЯ ПРИ ЗАХВАТЕ В ЗАЛОЖНИКИ

Захват, как правило, осуществляется внезапно и быстро в любом месте: на улице, в транспорте, в доме, в учреждении, на производственном предприятии. Чаще всего захват заложников происходит в транспорте.

### В связи с этим:

- ~ Во время путешествия одевайтесь скромно и неброско.
- ~ Не берите с собой материалы политического, религиозного, военного характера и по возможности документы, подтверждающие ваш социальный статус.
- ~ Как можно быстрее возьмите себя в руки, не паникуйте, помните: ваша цель - остаться в живых;
- ~ Если нет полной уверенности в успехе, не пытайтесь бежать;
- ~ Располагайтесь подальше от окон, дверей и преступников (места рядом с ними наиболее опасны при проведении спецслужбами операции по освобождению);
- ~ Если вы ранены, постарайтесь меньше двигаться, этим можно сократить потерю крови;
- ~ В первые часы после захвата не высказывайте категорических отказов преступникам, не Противоречьте им; позже не бойтесь обращаться к ним с просьбами о том, в чем нуждаетесь, постепенно повышая их уровень;
- ~ Если террористы находятся в состоянии наркотического или алкогольного опьянения, по возможности ограничьте с ними любые контакты;
- ~ На совершение любых действий (сесть, встать, сходить в туалет, попить, поесть) спрашивайте разрешение, без раздумий и сопротивления отдавайте свои вещи, если этого требуют террористы;
- ~ При общении с преступниками избегайте презрительного, вызывающего тона и поведения, которые могут вызвать гнев террористов и привести к человеческим жертвам;
- ~ По возможности не допускайте прямого зрительного контакта с террористами, разговаривайте с ними спокойно, на вопросы отвечайте кратко;
- ~ Если вас допрашивают, многословно и свободно разговаривайте только на второстепенные темы, соблюдайте осторожность в том случае, если затрагиваются важные государственные и личные вопросы, контролируйте те свои ответы, которые в последующем могут повредить

- ~ вам и другим людям;
- ~ Для поддержания сил ешьте все, что вам предлагают, даже ту пищу, которая категорически не нравится;
- ~ Соблюдайте личную гигиену и чистоту, насколько позволяет ситуация;
- ~ Наблюдайте за преступниками и постарайтесь запомнить как можно больше информации о террористах (их количество, вооружение, имена, клички, приметы, особенности речи и манеры поведения, телосложения, тематику разговоров).

### **ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПОСТУПЛЕНИИ УГРОЗЫ ПО ТЕЛЕФОНУ:**

Если у вас есть автоматический определитель номера, сразу же запишите определившийся номер телефона

При наличии звукозаписывающей аппаратуры запишите разговор, извлеките кассету и примите меры для ее сохранности.

При отсутствии звукозаписывающей аппаратуры постарайтесь дословно запомнить разговор и немедленно запишите его.

По ходу разговора запоминайте такие детали, как пол и примерный возраст звонившего, особенности его речи (голос: громкий, тихий, низкий, высокий и т. д.; речь: быстрая, медленная, внятная, невнятная, с заиканием, шепелявая, с акцентом или диалектом, с нецензурными выражениями, развязная и т. п.), звуковой фон (шум автодороги или железнодорожного транспорта, звук телевизора или радио, другие голоса и т. д.)

По возможности во время разговора постарайтесь получить ответы на следующие вопросы:

- ~ Кому, куда и по какому телефону звонят?
- ~ Что от вас требуют и кто выдвигает эти требования?
- ~ Когда и каким образом можно связаться со звонившим?
- ~ Кому вы можете или должны сообщить о разговоре?

Зафиксируйте точное время начала и окончания разговора. Не бойтесь запугивания, по окончании разговора немедленно сообщите о нем в правоохранительные органы.

В ходе разговора постарайтесь склонить собеседника к тому, чтобы вам дали как можно больше времени для принятия решения или совершения каких-либо действий.

### **ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПОЛУЧЕНИИ ПИСЕМ И ЗАПИСОК, СОДЕРЖАЩИХ УГРОЗЫ**

Угрозы в письменном виде могут быть отправлены по почте, переданы со случайным человеком, подброшены в почтовый ящик, прикреплены к автомобилю.

Постарайтесь не оставлять на письме или записке отпечатки своих пальцев.

Не мните полученный документ и не делайте на нем пометки.

Положите все, что получено (письмо, записка, упаковка, конверт, другие вложения), в чистый полиэтиленовый пакет и поместите этот пакет в плотную жесткую папку

Обратитесь с полученными материалами в правоохранительные органы, оформив их передачу путем подачи письменного заявления или протоколом.

Ограничьте и не расширяйте круг лиц, которые знают о содержании полученного вами письма (записки).

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ЧЕЛОВЕКА К ДЕЙСТВИЯМ В ОПАСНЫХ И ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

Неподготовленный в психологическом отношении человек, столкнувшись с реальной угрозой для жизни, перестает правильно оценивать ситуацию. Он думает, что опасность гораздо больше, чем есть на самом деле, и начинает заранее представлять себе самые жуткие картины своего будущего.

В чрезвычайной обстановке важно, чтобы человек был в состоянии:

- ~ Принимать быстрые решения;
- ~ Уметь импровизировать;
- ~ Постоянно и непрерывно контролировать самого себя;
- ~ Уметь различать опасности;
- ~ Уметь распознавать людей;
- ~ Быть самостоятельным и независимым;
- ~ Когда потребуется, быть твердым и решительным, но уметь подчиняться, если это необходимо;
- ~ Определять и знать свои возможности и не падать духом;
- ~ В любой ситуации не сдаваться и пытаться найти выход.

Каким же образом должен подготовиться человек к тому, чтобы помочь себе выжить в опасной или экстремальной ситуации?

- ~ Развивать у себя установку на выживание, т. е. на готовность к спокойным и целенаправленным действиям.
- ~ Осознание («Я понимаю, где я оказался и что со мной происходит»);
- ~ Оценку («Я не растеряюсь и не испугаюсь»);
- ~ Поведение («Я вспомню все, что знаю и чему меня учили. Я буду терпеливым, внимательным и наблюдательным»).
- ~ Уметь анализировать свои поступки и действия, ошибки и промахи, чтобы в будущем их не повторять;
- ~ Развивать и укреплять свои волевые качества (уверенность, настойчивость, целеустремленность, умение противостоять трудностям и преодолевать их);
- ~ Научиться побеждать свой страх, заставить себя спокойно рассуждать и поставить перед собой цель - выжить во что бы то ни стало. Чтобы побороть свой страх, необходимо:
- ~ Внимательно осмотреться, найти удобное положение, позволяющее расслабиться и успокоиться;
- ~ Дышать глубоко и спокойно;
- ~ Сосредоточившись на ближайших делах, размышлять и планировать свои дальнейшие действия.

### РЕКОМЕНДАЦИИ

- ~ Обращайте внимание на подозрительных людей, предметы, на любые подозрительные ситуации;
- ~ Сообщайте обо всем подозрительном сотрудникам правоохранительных органов;
- ~ Никогда не принимайте от незнакомцев пакеты и сумки, не оставляйте свой багаж без присмотра;
- ~ У семьи должен быть план действий в чрезвычайных обстоятельствах, у всех членов семьи должны быть номера телефонов, адреса электронной почты.
- ~ Необходимо назначить место встречи, где вы сможете встретиться с членами вашей семьи в экстренной ситуации;
- ~ В случае эвакуации, возьмите с собой набор предметов первой необходимости и документы;
- ~ Всегда узнавайте, где находятся резервные выходы из помещения;
- ~ В доме надо укрепить и опечатать входы в подвалы и на чердаки, установить

домофон, освободить лестничные клетки и коридоры от загромождающих предметов;

~ Организовать дежурство жильцов вашего дома, которые будут регулярно обходить здание, наблюдая, все ли в порядке, обращая особое внимание на появление незнакомых лиц и автомобилей, разгрузку мешков и ящиков;

~ Если произошел взрыв, пожар, землетрясение, никогда не пользуйтесь лифтом;  
~ Старайтесь не поддаваться панике, что бы ни произошло.

### **КАК УБЕРЕЧЬСЯ ОТ УГРОЗЫ ВЗРЫВА**

Не принимать от неизвестных лиц подарки, посылки, букеты цветов и другие предметы, позволяющие укрыть взрывное устройство.

Обращать внимание на "забытые" предметы; чемоданы, свертки, книги.

Такие "забытые" вещи не перемещать и не осматривать самостоятельно, обязательно вызвать специалистов.

Взрывные устройства типа "бомба в письме" обычно имеют толщину 5-10 мм, письма такого рода довольно тяжелые. При получении подозрительного письма следует вызвать специалистов.

При обнаружении взрывного устройства отойти от опасного места, не курить, не пытаться самостоятельно обезвредить, сообщить о находке правоохранительным органам.

### **ЕСЛИ ВЗРЫВ ПРОИЗОШЕЛ**

~ Упасть на пол, закрыв голову руками и поджав под себя ноги;

~ Как можно скорее покинуть это здание и помещение;

~ Ни в коем случае не пользоваться лифтом;

~ При пожаре пригнуться как можно ниже, при необходимости ползти, обмотав лицо влажными тряпками или одеждой, чтобы дышать через них;

При завале не старайтесь самостоятельно выбраться, укрепите "потолок" находящимися рядом обломками мебели и здания, закройте нос и рот носовым платком и одеждой; стучите с целью привлечения внимания спасателей, кричите только тогда, когда услышите голоса спасателей, иначе рискуете задохнуться