

Станислав Махов

# СТРАТЕГИЯ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

*дополнительная образовательная программа  
профессиональной переподготовки*

УДК 378.14(073):316.61-049.5](086.76)(073)  
ББК 74.58я04я7:60.53-45я04я7  
М 36

Рецензенты:

доктор педагогических наук, профессор, декан факультета  
физической культуры и спорта  
ФГБОУ ВО «Курский государственный университет» Т.В. Скобликова

кандидат педагогических наук, доцент кафедры  
«Теория и методика физической культуры и спорта»  
ФГБОУ ВПО «Орловский государственный университет» Ю.И. Горлова

**М 36** Махов, С.Ю.

Стратегия личной безопасности : дополнительная образовательная программа профессиональной переподготовки [Электронный ресурс] / С.Ю. Махов. – Орел: МАБИВ, 2014. – 40 с. – Электр. опт. диск (CD-ROM). – Гос. регистрация – 0321204174.

В системе социальных категорий личная безопасность занимает особое место, это возможность беспрепятственно пользоваться тремя социально-биологическими благами, принадлежащими человеку – жизнью, здоровьем и физической свободой. Вместе с тем, существует множество причин, приводящих к их утрате.

В современных условиях представляется целесообразным больше усилий сосредотачивать на формировании стратегии личной безопасности, привитие гражданам элементов этой технологии, обучение их практике самообороны.

Образовательная программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по направлению подготовки «Физическая культура» и предназначена в качестве профессиональной переподготовки с правом ведения нового вида профессиональной деятельности в сфере преподавания личной безопасности, самообороны.

© С. Ю. Махов, 2014

© Межрегиональная Академия безопасности и выживания, 2014



## Содержание

АННОТАЦИЯ	1
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ	6
АВТОРСКИЕ ПРАВА	8
АНКЕТА СЛУШАТЕЛЯ КУРСА	9
ПРОЦЕСС ЗАЧИСЛЕНИЯ НА ОБУЧЕНИЕ	10
ОСОБЕННОСТИ ПРОГРАММЫ	12
ДОП ПП «СТРАТЕГИЯ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ»	15
Содержание программы	15
1. Общая характеристика программы	16
2. Цель и задачи программы	17
3. Место курса в профессиональной переподготовке	17
4. Профессиональные компетенции специалиста	18
5. Обязательный минимум содержания программы	19
6. Примерный учебный план программы	22
7. Перечень примерных контрольных вопросов по всему курсу	23
8. Условия реализации программы	27
9. Требования к итоговой государственной аттестации	28
10. Список литературы	29
11. Перечень учебно-методических видеофильмов	31
12. Перечень учебно-практических семинаров	31
АВТОР ПРОГРАММЫ	33

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Актуальность.** Дестабилизация экономики, спад производства, снижение жизненного уровня населения, разрушение старой системы ценностей и стереотипов, регулировавших отношения личности с обществом, – всё это болезненно переживается населением России, отражаясь на его социальном самочувствии. Социальные кризисные процессы, происходящие в современном обществе, отрицательно влияют на психологию людей, порождая тревожность и напряжённость, озлобленность и насилие, в крайних формах стали проявляться жестокость и агрессивность. Обыденное сознание фиксирует увеличение конфликтов и фактов агрессивного поведения людей, связанное с интенсивным процессом расслоения населения по межнациональному, имущественному, социальному признакам.

Длительное время в нашей стране превалировала приоритетность безопасности государства над безопасностью личности в обществе. На современном этапе развития общества в сложных социально-бытовых и политических условиях возросла актуальность владения эффективной самообороной для обычных граждан, которые оказались незащищенными перед разгулом преступности. Интерес к понятию «личной безопасности» заметно вырос к 90-м годам нынешнего столетия в связи со сменой экономических отношений и ярко обострившейся неспособностью государства обеспечить безопасность граждан.

Личная безопасность не может рассматриваться только инструментально, как средство государственной политики, допускающее избирательное, внеправовое ее использование. Не только личность несет правовую ответственность в случае нарушения личной безопасности, но и государство в лице своих правоохранительных органов ответственно за ее соблюдение (Л.Ф. Скубченко).

В системе социальных категорий личная безопасность занимает особое место, это возможность беспрепятственно пользоваться тремя социально-биологическими благами, принадлежащими человеку – жизнью, здоровьем и физической свободой. Вместе с тем, существует множество причин, приводящих к их утрате. Опасности исходят от природных сил и от самих людей. Общество в целом может существовать только в том случае, если оно пытается обеспечить личную безопасность своих членов, создавая для этого специальные механизмы.

Однако наше общество, наиболее пренебрежительно относится к проблеме личной безопасности. В реальной жизни практически каждый человек хотя бы раз сталкивался с проявлением агрессии по отношению к себе, но большинство людей очень мало делают для того, чтобы защитить себя от преступного посягательства. Гарантированно защищенным от преступного посягательства не может быть ни один человек. Преступники не делают скидку ни на возраст, ни на пол, ни на социальный статус. Их не останавливает ни известность человека, ни угроза последующего наказания. *Жертвой преступлений может оказаться каждый!*

Зачастую граждане склонны видеть причины своих бедствий скорее в неведении или необъяснимом стечении обстоятельств, нежели расценивать их как результат своих неправильных действий. Во многих случаях преступных посягательств на личность граждане сами виноваты в своих несчастьях своей беспечностью, легкомыслием, наивностью и просто откровенной глупостью.

Безопасность личности нами рассматривается как *обязанность*, а не право граждан. Каждый гражданин не только имеет право, но и обязан уметь защищать себя, своих близких, свое Отечество.

### **Сущность личной безопасности**

Очевидно, что в нынешней действительности, таящей в себе различные угрозы для личности, особое место должно уделяться проблемам личной безопасности и активной самообороне. Проблема обеспечения безопасности личности в обществе заключается в выработке рациональных правил поведения людей между собой и формировании стратегии личной безопасности в способности защитить себя.

*Стратегия личной безопасности представляет собой цель и общее направление действий человека по обеспечению собственной безопасности от преступных посягательств. Только формирование стратегии личной безопасности, согласно индивидуальным особенностям человека, может обеспечить безопасность и выживание в любой опасной ситуации.*

---

Образовательный компонент по обеспечению личной безопасности должен включать в себя не только необходимую прикладную подготовку по активной самообороне, но и специальные дисциплины (право, разрешение конфликтов, психология личности, стратегия личной безопасности и прочее), расширяющие возможности обеспечения личной безопасности граждан.

Мы выделяем следующие **направления формирования стратегии личной безопасности**:

- психологическая безопасность;
- физическая безопасность;
- правовая безопасность;
- социальная безопасность;
- экономическая безопасность;
- медицинская безопасность;
- экологическая безопасность.

Направление **психологической безопасности** подразумевает развитие психологических качеств личности, способствующих формированию психологической защиты личности. В качестве основной угрозы психологической безопасности личности выделяется массовое распространение психологических манипуляций, сущностью которых является скрытое психологическое принуждение. Принуждение личности как способ управления используется на всех уровнях социального взаимодействия людей – от межличностного общения, до массовой коммуникации и присуще различным культурам, и историческим условиям. В связи с этим, развивается психосаморегуляция личности и формируется высокая эмоционально-волевая устойчивость и другие важные психологические качества, необходимые для успешного выполнения поставленных перед личностью задач, адекватного реагирования и эффективного действия в экстремальных ситуациях, возникающих во взаимодействии с агрессивной средой.

Направление **физической безопасности** обеспечивает хорошую физическую подготовку и готовность к опасным и чрезвычайным ситуациям, развитие силы, выносливости, гибкости, быстроты и точности движений, повышения «запаса прочности», необходимого для снижения рисков получения травм, ранений и увечий в повседневной жизни и в условиях ЧС. Риск физической безопасности снижается наличием навыков работы с собственным телом в плане лечения, поддержания спортивной формы и технической подготовки активной самообороны.

Основу направления **правовой безопасности** будут составлять мероприятия по развитию правовых знаний и норм в области личной безопасности, воспитанию готовности к правовой оценке опасных событий, поведению в соответствии с отечественным законодательством и нормами международного права. Из практики известно, что знание законов зачастую сочетается с противоположным поведением – поиском путей их обхождения, нарушения в корыстных и иных целях. Поэтому особое значение имеет воспитание правового сознания, правовых убеждений.

Направление **социальной безопасности** подразумевает привитие норм безопасного поведения в социуме, формирование уважительного отношения к членам общества. Повышение профессионального и культурного уровня приводит к более четкой самоидентификации в коллективе и обществе.

Направление **экономической безопасности** означает, что человек переживает за обеспечение средствами выживания (еда, одежда, жилье) себя и своей семьи. С первого взгляда, кажется, что недостаток или вероятность отсутствия средств выживания напрямую зависят от количества зарабатываемых денег, что в свою очередь определяется специальностью, профессиональным уровнем и работоспособностью конкретного человека. На увеличение экономической безопасности ведет получение хорошего образования, высокооплачиваемой работы и постоянное повышение профессионального уровня, а также умение соотносить размер доходов с собственными запросами.

Направление **медицинской безопасности** включает в себя формирование здорового образа жизни как основного фактора успешного становления и развития человека. Включает в себя развитие умений и навыков оказания необходимой медицинской помощи в опасных и чрезвычайных ситуациях.

По направлению **экологической безопасности** формируются на основе знаний об окружающей среде и ее состоянии, умения и навыки автономного выживания в природных условиях.