МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МКОУ МУЛЫМСКАЯ СОШ

**План практической работы по теме самообразования**

**«Формирование основ безопасности у детей среднего дошкольного возраста посредством современных технологий»**



***Воспитатель:***

***Велижанина О.С.***

***2017-2018 уч.г.***

**Цель** – формирование у детей основ безопасности собственной жизнедеятельности и формирование предпосылок экологического сознания (безопасности окружающего мира) через решение следующих **задач:**

- формировать представления об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них;

- приобщать к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения;

- передавать детям знания о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства;

- формировать осторожное и осмотрительное отношение к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям.

Реализация данных целей и задач осуществляется с учетом следующих **условий и принципов:**

-системность и последовательность (любая новая ступень в обучении детей опирается на уже освоенное);

 - доступность (усложнение материала происходит с учетом возрастных особенностей детей);

 - включение в деятельность (игровую, познавательную , экспериментальную и другие);    -наглядность;

- динамичность (***интеграция*** задач в разные виды деятельности);

- психологическая комфортность (снятие стрессовых факторов).

Тема самообразования реализуется с помощью **современных образовательных технологий**:

* здоровьесберегающие технологии;
* технологии проектной деятельности
* технология исследовательской деятельности
* информационно-коммуникационные технологии;
* личностно-ориентированные технологии;
* игровая технология;
* технологии предметно – развивающей среды

**Актуальность:**

Проблема безопасности жизнедеятельности человека признаётся во всём мире. Современная жизнь доказала необходимость обеспечения безопасности жизнедеятельности детей. Об актуальности данной темы можно говорить много и все будет главное. Как сберечь здоровье детей? Как помочь разобраться в многообразии жизненных ситуаций? Как научить помогать друг другу? И т.д. Анализируя понятие «безопасность», мы поймем: то, что для взрослого не является проблемной ситуацией, для ребенка может стать таковой. Особую тревогу мы испытываем за маленьких беззащитных граждан - дошколят. С первых лет жизни любознательность ребенка, его активность в вопросах познания окружающего, поощряемая взрослым, порой становится небезопасным для него. Главная задача организации жизни детей в детском саду – охрана их психического и физического здоровья. Малыш по своим физиологическим особенностям не может самостоятельно определить всю меру опасности. Поэтому на взрослого человека природой возложена миссия защиты своего ребёнка. Детям нужно разумно помогать избегать повреждений, ведь невозможно всё время водить их за руку, удерживать возле себя. Считается необходимым создать педагогические условия для ознакомления детей с различными видами опасностей.

Дата начала работы над темой: сентябрь 2017 года

Предполагаемая дата окончания работы: май 2018 года

**Перспективный план:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дети** | | **Педагоги** | | **Родители** | |
| **мероприятия** | **сроки** | **мероприятия** | **сроки** | **мероприятия** | **сроки** |
| Беседа : «Опасные ситуации»  Цель: закрепить правила поведения с незнакомыми людьми, учить осторожности и осмотрительности  . | сентябрь | **Консультация Формирование основ безопасности у детей дошкольного возраста»**  **Памятка «Картотека игр по основам безопасности жизнедеятельности ребёнка»** | **В течение года** | Анкетирование родителей  «Безопасность вашего ребенка»  Консультация «Формирование основ безопасности у дошкольников в условиях ФГОС» | сентябрь |
| Д\и «Что нужно одеть, собираясь в лес» | сентябрь | **Практические рекомендации по данной теме** | **сентябрь** | Памятка «Правила поведения в лесу» | сентябрь |
| Рассказ воспитателя о пожарах | сентябрь | **Практические рекомендации по данной теме** | **сентябрь** | Памятка «Правила пожарной безопасности» | сентябрь |
| Рассматривание картин и иллюстраций «Правила дорожного движения» | сентябрь | **Практические рекомендации по данной теме** | **сентябрь** | Памятка «Опасности вокруг нас» | сентябрь |
|  |  | **Мониторинг** | **сентябрь** |  |  |
| Чтение сказки «Приключения Буратино» и ее обсуждение | октябрь | **Рекомендации для педагогов «Картотека игр по основам безопасности жизнедеятельности ребёнка»** | **октябрь** | Консультация «Как вести себя при встрече с незнакомым человеком» | октябрь |
| Настольная игра «Опасные насекомые» | октябрь | **Тематические загадки и стихотворения** | **октябрь** | Папка передвижка– «Правила поведения при встрече с насекомыми» | октябрь |
| Игра-тренинг «Если случился в квартире пожар» | октябрь | **Иллюстрации, сюжетные предметные картинки** | **октябрь** | Папка передвижка  «Пожар в квартире» | октябрь |
| «Микробы и вирусы» | октябрь | **Презентация по данной теме** | **октябрь** | Папка-передвижка «Меры профилактики сезонных заболеваний» | октябрь |
| Игра-тренинг «Незнакомый взрослый пытается затащить вас в машину»  П\и «Похитители и находчивые ребята» | ноябрь | **Иллюстрации, сюжетные предметные картинки** | **ноябрь** | Оформление уголка «Как вести себя при встрече с незнакомцем» | ноябрь |
| Съедобные и несъедобные грибы и растения» | ноябрь | **Презентация по данной теме** | **ноябрь** | Папка-передвижка «Безопасные правила поведения в лесу» | ноябрь |
| Моделирование ситуации «Я один играю дома, в дверь громко стучат, и пытаются ее сломать» | ноябрь | **Практические рекомендации по данной теме** | **ноябрь** | Рекомендации родителям: учить дома с детьми как правильно набирать номера служб спасения | ноябрь |
| Беседа по содержанию картин «Правила поведения в общественном транспорте» | ноябрь | **Видео по данной теме** | **ноябрь** | Оформление уголка «Главные уроки воспитания пешехода» | ноябрь |
| Д\и «Узнай себя лучше» | декабрь | **Решение ситуативных задач с педагогами на пед.часе** | **декабрь** | Изготовление различных масок | декабрь |
| Сказка «О Маленьком огоньке» | декабрь | **Практические рекомендации по данной теме** | **декабрь** | Памятка «О пользе и вреде огня» | декабрь |
| Д\карточки «Живая и неживая природа» | декабрь | **Презентация по данной теме** | **декабрь** | Консультация «Природа вокруг нас» | декабрь |
| Беседа «Скорая помощь»  П\и «Уступи место машине скорой помощи (пожарной, полиции) | декабрь | **Иллюстрации, сюжетные предметные картинки** | **декабрь** | Рекомендации родителям: учить дома с детьми как правильно набирать номера служб спасения; вырабатывать умение вести телефонный разговор | декабрь |
| Моделирование ситуации «Террористы захватили детский сад» | январь | **Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми образовательной области «безопасность».** | **январь** | Памятка «Правила поведения в чрезвычайных ситуациях» | январь |
| Беседа «Фейерверки и питарды» | январь | **Практические рекомендации по данной теме** | **январь** | Папка -  передвижка: «Чтобы праздник был праздничным».  Памятка для родителей «Пиротехника опасна». | январь |
| Д\и «Вода и ее значение для человека» | январь | **Презентация по данной теме** | **январь** | Совместное составление рассказа «Зачем нам нужна вода?» | январь |
| Беседа об электроприборах | январь | **Иллюстрации, сюжетные предметные картинки** | **январь** | Предложить дома нарисовать знаки безопасности к электроприборам | январь |
| «Тили – тили - бом! Загорелся Кошкин дом»! | февраль | **Консультация «Организация предметно-развивающей среды с учетом основ безопасности»** | **февраль** | Семинар «Действие при пожаре». | февраль |
| «Я осваиваю гигиену и этикет» | февраль | **Презентация по данной теме** | **февраль** | Памятка «Гигиена и здоровье» | февраль |
| «Грусть, радость, спокойствие» | февраль | **Практические рекомендации по данной теме** | **февраль** | Консультация «Эмоциональный ребенок» | февраль |
| Сказка-игра «Азбука пешехода» | февраль | **Тематическое занятие** | **февраль** | Помощь в изготовлении атрибутов для игры «Автомобиль» | февраль |
| Дидактическая игра  «Мамины помощники»  Цель: уточнить представления детей об источниках опасности в доме и предметах правильного пользования | март | **Тематические занятия, занятия-инсценировки на тему: «Когда мамы дома нет», «Каждому опасному предмету – свое место»** | **март** | Рубрика азбука для родителей «Как обучать ребенка безопасному поведению». Привлечь детей к уборке дома. | март |
| Просмотр мультфильма Уроки тетушки Совы о безопасном поведении» | март | **Карточки с различными ситуациями** | **март** | Раскрашивание иллюстрации на тему «Безопасность» | март |
| Презентация о животных и растениях, занесенных в Красную книгу | март | **Презентация материала** | **март** | Изготовление альбома с животными, занесенными в Красную книгу | март |
| «Витамины и здоровье» | март | **Презентация** | **март** | Консультация «Кормим детей вкусно и полезно»  Раскрашивание продуктов, содержащих витамины | март |
| «Ножницы, катушки – это не игрушки» | март | **Тематическое занятие** | **март** | Памятка «Правила хранения опасных предметов» | март |
| «Никто меня не любит» | апрель | **Моделирование и обсуждение ситуаций** | **апрель** | Индивидуальная беседа «Социально-бытоввые условия в семье» | апрель |
| Моделирование ситуаций нарушения ПДД и их обсуждение | апрель | **Карточки с различными ситуациями** | **апрель** | Рисование «Знаки дорожного движения» | апрель |
| «Одежда и здоровье» | апрель | **Картотека д\игр** | **апрель** | Консультация «Одеваем ребенка по погоде» | апрель |
| «Его величество ток» | апрель | **Тематическое занятие** | **апрель** | Совместное составление рассказа «как Мишка один остался дома и что-натворил» | апрель |
|  |  | **Мониторинг** | **апрель** |  |  |
| «Гроза» | май | **Стихотворения и пословицы о природных явлениях** | **май** | Памятка «Что надо знать, что избежать опасности во время грозы» | май |
| Игра-тренинг на типичные опасные ситуации на улице и дома | май | **Моделирование и обсуждение ситуаций** | **май** | Совместное рисование «Сказочные герои попавшие в беду» |  |
| **«Загадки по ОБЖ»**   Цель: обобщение знаний по ОБЖ. | май | **Выставка картотек, игр, худ. литературы по теме** | **май** | Собрание с родителями на тему «Профилактика детского травматизма в быту» | май |
| Диагностика знаний и умений безопасного поведения детей в различных ситуациях | май | Презентация работы по самообразованию для педагогов «Работа группы по воспитанию у детей основ безопасности жизнедеятельности.  Ознакомление с результатами диагностики | **май** | Презентация  «Правила ОБЖ мы узнали, детьми воспитанными стали». | май |

**Педагогическая диагностика по формированию представлений о правилах**

**безопасного поведения у дошкольников 4 – 5 лет**

***Критерии оценки знаний детей средней группы:***

I. «Ребенок на улицах города»

1. Знать значение сигналов светофора

2. Знать и называть элементы дороги (проезжая часть, тротуар, пешеходный переход,

остановка общественного транспорта)

3. Знать виды транспорта (наземный, воздушный, водный, специальный)

4. Знать и называть дорожные знаки («Дети», «Пешеходный переход», «Остановка

общественного транспорта»)

5. Знать правила поведения в общественном транспорте и ожидая его

6. Знать место для игр и правила поведения во время игр

7. Знать правила езды на велосипеде.

II. «Ребенок дома»

1. Знать опасные предметы, электроприборы и правила пользования ими.

III. «Ребенок и другие люди»

1. Познакомить детей с правилами поведения при общении с незнакомыми людьми

IV. «Ребенок и природа»

1. Знать, что рвать растения и есть их нельзя – они могут быть ядовитыми

2. Знать правила поведения с животными (не брать, не дразнить, не гладить и т.д.)

3. Знать правила поведения на воде (осенний, весенний, летний период)

V. «Пожарная безопасность»

1. Знать о причинах и последствиях пожаров

2. Знать правила поведения во время пожара

VI. «Азбука здоровья»

1. Знать о роли гигиены, физических упражнений, закаливания для здоровья

2. Знать и называть части тела человека

3. Знать о правильном питании

4. Знать о назначении скорой помощи

***Оценка знаний ведется по трех балльной системе:***

3 балла - высокий уровень — ребенок самостоятельно выполняет задания, добивается

результата.

2 балла - средний уровень — ребенок понимает инструкцию взрослого и готов выполнить задание, прибегая к помощи взрослого.

1 балл - низкий уровень — ребенок понимает смысл предлагаемого ему задания, но либо отказывается его выполнить (не проявляет интереса или не уверен в достижении результата),

либо затрудняется выполнить задание, совершив несколько мало результативных действий

(теряет интерес, отказывается от выполнения), на помощь взрослого не реагирует.

***Задания для выявления уровня сформированности представлений о правилах***

***безопасного поведения у дошкольников 4 – 5 лет:***

**«Ребенок на улицах города»**

1 задание Игра с макетом улицы

Цель проведения: Знают ли части улицы, место перехода улицы Знают ли дорожные знаки

2 задание Игра «О чем говорит светофор»

Цель проведения: Знают ли дети значение сигналов светофора

Материал: карточки с изображением сигналов светофора, действий пешеходов.

Ход игры: Воспитатель предлагает ребенку соотнести сигналы светофора с действиями

пешеходов.

3 задание Беседа по сюжетным картинкам

Цель проведения: Знают ли правила поведения в общественном транспорте и ожидая его

Материал: сюжетные картинки с изображением правильных и неправильных действий на остановке общественного транспорта и в общественном транспорте.

Вопросы к беседе: Рассмотри картинки и назови, кто ведет себя неправильно (правильно)? Где люди ожидают транспорт?

4 задание Игра «Правильно – неправильно»

Цель проведения: Знают ли дети места для игр Знают ли дети правила езды на велосипеде

Материал: картинки с правильными действиями детей и не правильными действиями на дороге, во дворе, на велосипеде. Значки ! (правильно) и Х (неправильно)

Ход игры: Ребенок рассматривает картинки и расставляет значки, где правильно ведут себя

дети, а где неправильно. Почему?

5 задание Игра - лото «Виды транспорта» (подгрупповая)

Цель проведения: Знают ли дети виды транспорта

Материал: настольно-печатная игра – лото «Виды транспорта»

В процессе игры дети должны не только закрывать большие карты маленькими, но и проговаривать какой тот или иной транспорт.

**«Ребенок дома»**

1 задание Игра «Источники опасности»

Цель проведения: Знают ли дети опасные предметы

Материал: Карточки с изображением опасных и неопасных предметов

Ход игры: Ребенку раздаются карточки, воспитатель предлагает рассмотреть изображения

предметов и ответить на вопросы: Что может быть источником пожара? Что может быть источником травмы (ожога, пореза…)? Что может быть источником гибели человека?

2 задание «Мой домашний адрес»

Цель проведения: Знают ли дети свой домашний адрес

Ход игры: Все встают в круг, воспитатель передает мяч ребенку и говорит6 «Я живу в (на)… городе (районе, поселке, улице, доме и т.д.)», ребенок продолжает, называя свой адрес, и передает мяч соседу и т.д.

3 задание «Моих родителей зовут»

Цель проведения: Знают ли дети имя, отчество и фамилию родителей

Ход игры: Дети, передавая друг другу мяч, называют фамилию, имя, отчество мамы и папы.

**«Ребенок и другие люди»**

1 задание Игра-тренинг «Незнакомец» (подгрупповая)

Цель проведения: Знают ли дети правила поведения с незнакомым человеком

Ход игры: во время игры дети должны показать как нужно вести себя с незнакомцем в разных ситуациях: В дверь стучатся (что делать?) Незнакомец предлагает конфетку (игрушку, зверушку и т.п.)? Незнакомец тащит тебя в машину?

**«Ребенок и природа»**

1 задание «Правильно - неправильно»

Цель проведения: Знают ли дети правила обращения с животными

Материал: сюжетные картинки с правильными и неправильными действиями с животными, кружки красного и зеленого цвета.

Ход игры: Рассмотреть картинки и положить зеленый кружок, где изображены правильные

действия и красный с неправильными. Почему?

2 задание «Можно - нельзя»

Цель проведения: Знают ли дети правила поведения на природе, на воде

Материал: карточки с изображением правильных и неправильных действий на природе, на воде

Ход игры: Задача детей распределить карточки по принципу можно – нельзя. Почему?

**«Пожарная безопасность»**

1 задание «Пожар»

Цель проведения: Знают ли дети правила пожарной безопасности

Материал: картинки с изображением причин пожара и предметов тушения пожара

Ход игры: детям раздаются карточки. Воспитатель предлагает ответить на вопрос, показав

нужную карточку

- Отчего происходит пожар?

- Что нужно делать, если случился пожар? И т.п.

2 задание «Разложи по порядку»

Цель проведения: Знают ли дети правила поведения во время пожара

Материал: картинки с изображением действий во время пожара.

Ход игры: Ребенок должен разложить карточки в нужном порядке и рассказать об

изображенных на них действиях.

**«Азбука здоровья»**

1 задание «Здоровый малыш»

Цель проведения: Знают ли как уберечь свое здоровье, правила личной гигиены

Материал: игра – лото «Здоровый малыш»

Ход игры: Ребенку предлагается показать и проговорить «что такое хорошо и что такое плохо».

2 задание «Гигиена и хорошее здоровье»

Цель проведения: Знают ли дети о частях тела человека и их функциях

Материал: игра – лото «Гигиена и хорошее здоровье»

3 задание «Телефон»

Цель проведения: Знают ли дети номер телефона аварийных служб

Материал: картинки с изображением специального вида транспорта, такси и номера телефонов

Ход игры: Воспитатель предлагает ребенку выбрать любой номер и найти машину, которая придет по этому номеру.

**Диагностическая карта по ОБЖ для детей средней группы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **И.Ф.**  **ребенка** | **Пожарная**  **Безопасность** | | **Ребенок дома** | | **Ребенок и другие люди** | | **Ребенок и природа** | | **Азбука здоровья** | | **Итого** | |
|  |  | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**н** – начало года; **к** – конец года

3 балла – высокий уровень; 2 балла – средний уровень; 1 балл – низкий уровень

6 – 8 – низкий уровень 9 – 11 - средний уровень 12-15 – высокий уровень

**Диагностическая карта по ПДД для детей средней группы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **И.Ф.**  **ребенка** | **Устройст**  **во улицы** | | **Светофор** | | **Дорожные знаки** | | **Мы-**  **пешеходы** | | **Мы-пассажи**  **ры** | | **Правила езды на велоси**  **педе** | | **Транспорт** | **Итого** |
|  |  | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

3 балла – высокий уровень; 2 балла – средний уровень; 1 балл – низкий уровень

7 – 11 – низкий уровень 12 – 16 – средний уровень 17 – 21 – высокий уровень

**Диагностическая карта по ОБЖ для детей средней группы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **И.Ф.**  **ребенка** | **Пожарная**  **Безопасность** | | **Ребенок дома** | | **Ребенок и другие люди** | | **Ребенок и природа** | | **Азбука здоровья** | | **Итого** | |
|  |  | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к |
| 1 | Волкова Маша | 1 |  | 2 |  | 1 |  | 1 |  | 2 |  | 7  низ |  |
| 2 | Горковцва Арина | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 2 |  | 3 |  | 14  выс |  |
| 3 | Гаджимуратов Дамир | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 10  ср |  |
| 4 | Долгих  София | 2 |  | 2 |  | 3 |  | 2 |  | 2 |  | 11  ср |  |
| 5 | Журавлев Артем | 2 |  | 3 |  | 2 |  | 2 |  | 3 |  | 12  ср |  |
| 6 | Зубарев Георгий | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 3 |  | 11  ср |  |
| 7 | Каюмов Магрур | 2 |  | 2 |  | 1 |  | 2 |  | 2 |  | 9  ср |  |
| 8 | Кузьмина Ангелина | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 1 |  | 2 |  | 9  ср |  |
| 9 | Новоселова Диана | 2 |  | 3 |  | 2 |  | 2 |  | 3 |  | 12  выс |  |
| 10 | Хлопов Арсений | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 15  выс |  |
| 11 | Шаяхматова Галя | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 2 |  | 3 |  | 14  выс |  |

**Диагностическая карта по ПДД для детей средней группы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **И.Ф.**  **ребенка** | **Устройст**  **во улицы** | | **Свето**  **фор** | | **Дорожные знаки** | | **Мы-**  **пешеходы** | | **Мы-пассажи**  **ры** | | **Правила езды на велоси**  **педе** | | **Тран**  **спорт** | | **Итого** | |
|  |  | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к |
| 1 | Волкова Маша | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 14  ср |  |
| 2 | Горковцва Арина | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 21  выс |  |
| 3 | Гаджимуратов Дамир | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 3 |  | 2 |  | 15  выс |  |
| 4 | Долгих  София | 2 |  | 3 |  | 2 |  | 3 |  | 2 |  | 3 |  | 2 |  | 17  выс |  |
| 5 | Журавлев Артем | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 3 |  | 3 |  | 16  ср |  |
| 6 | Зубарев Георгий | 3 |  | 3 |  | 2 |  | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 2 |  | 19  выс |  |
| 7 | Каюмов Магрур | 2 |  | 2 |  | 1 |  | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 13  ср |  |
| 8 | Кузьмина Ангелина | 2 |  | 2 |  | 1 |  | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 1 |  | 12  ср |  |
| 9 | Новоселова Диана | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 1 |  | 2 |  | 2 |  | 2 |  | 13  ср |  |
| 10 | Хлопов Арсений | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 21  выс |  |
| 11 | Шаяхматова Галя | 3 |  | 3 |  | 2 |  | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 3 |  | 20  выс |  |

3 балла – высокий уровень; 2 балла – средний уровень; 1 балл – низкий уровень

7 – 11 – низкий уровень 12 – 16 – средний уровень 17 – 21 – высокий уровень