

*Приложение № 3*  
*к ООП ООО ФГКОУ "СОШ № 151",*  
*утв. приказом директора ФГКОУ "СОШ № 151"*  
*от «01» сентября 2017 года №43/3*

**Рабочая программа**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Школа безопасности»**  
**для 5-7 классов**  
**на 2017-2018 учебный год**

Составители: Шило Н.А.  
преподаватель-организатор ОБЖ

Рассмотрено на заседании методического объединения протокол №1 от 31.08.2017 г.

Согласовано с заместителем директора по УР 31.08.2017 г.

*г. Оленегорск*

*2017 год*

## Пояснительная записка

В настоящее время возрастает роль и ответственность системы образования в деле подготовки населения в области безопасности жизнедеятельности и выработки у граждан Российской Федерации привычек здорового образа жизни. Только через образование можно обеспечить повышение уровня культуры всего населения страны в области безопасности жизнедеятельности и добиться снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства.

Актуальность программы в том, что вопросы профилактики детского дорожно-транспортного травматизма, укрепления здоровья, безопасность от криминальных проявлений в обществе, умение грамотно вести себя в экстремальных ситуациях волнуют сегодня школу, педагогов, родителей и на сегодняшний день остаются одними из самых важных.

Работа проводится в форме теоретических и практических занятий. Содержание занятий, объём и интенсивность нагрузок зависят от возраста и физического состояния здоровья обучающихся. Программа обучения построена по принципу от «простого к сложному» и углубления теоретических знаний и практических умений на каждом последующем этапе обучения.

**Целью** данного курса является формирование сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, практических навыков и умений, поведения в экстремальных ситуациях, стремления к здоровому образу жизни, совершенствование морально - психологического состояния и физического развития подрастающего поколения.

Основными **задачами** курса являются:

- выработка активной жизненной позиции учащихся;
- изучение правил безопасного поведения на дорогах и улицах;
- изучение правил противопожарной безопасности;
- изучение правил безопасного поведения дома, на улице, в школе и в общественных местах;
- овладение приёмами оказания первой помощи пострадавшим;
- вызова (обращения) за помощью в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи

## ***Результаты освоения курса.***

**Личностными** результатами прохождения программы являются:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

**Метапредметными** результатами обучения являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

**Предметными** результатами являются:

### *1. В познавательной сфере:*

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных

состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

2. *В ценностно-ориентационной сфере:*

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

3. *В коммуникативной сфере:*

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

4. *В эстетической сфере:*

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

5. *В трудовой сфере:*

- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- умения оказывать первую медицинскую помощь.

6. *В сфере физической культуры:*

- формирование установки на здоровый образ жизни;
- умение оказывать первую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

Данная программа предназначена для обучающихся 12-14 лет (5-7 классы) и рассчитана на 1 год обучения (34 часа). Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу.

**Формы обучения:**

- беседа, лекция;
- игровая деятельность (викторины, кроссворды и др.);
- тестирование.

**Методы обучения:**

- по виду источника: словесные (объяснения), практические;
- по виду дидактических задач: закрепление навыков;
- по характеру познавательной деятельности: индуктивный, продуктивный.
- групповое обучение.

**Формы контроля знаний, умений и навыков.**

Контроль над усвоением знаний осуществляется в ходе выполнения практических заданий (подбора дополнительного материала к темам), тестирование.

**Методическое обеспечение:**

- учебная и художественная литература;
- плакаты.

**Материальное обеспечение:**

- компьютер;

**Содержание курса.**

Дополнительная образовательная программа включает в себя следующие разделы для изучения:

1. Основы безопасности личности, общества и государства
2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни

**Учебно-тематический план 5-7 классы**

Наименование раздела, темы	Количество часов
<b>I. Основы безопасности личности, общества и государства</b>	24 часов
1. Личная безопасность в повседневной жизни	8 часов
2. Безопасность на дорогах и на транспорте	6 часов
3. Опасные ситуации на улице	3 часа
3. Опасные ситуации социального характера	4 часа
4. Загрязнение среды обитания	3 часа
<b>II. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни</b>	10 часов

5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	8 часов
6. Основы здорового образа жизни	2 часа
Итого	34 часа

**Примерное распределение учебного времени по разделам и темам программы «Школа безопасности» 5-7 классы.**

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Элементы содержания	Количество часов	
			Раздел	Тема
<b>I</b>	<b><u>Основы безопасности личности, общества и государства.</u></b>		<b>24</b>	
<b>Личная безопасность в повседневной жизни.</b>				
1	Особенности города как среды обитания человека.	Понятия о стихийном бедствии и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины.		1
2	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).	Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные опасные ситуации в доме (квартире) и их причины.		1
3	Опасные факторы и причины пожаров.	Опасные факторы пожара, воздействующие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях, их последствия. Меры пожарной безопасности в быту.		1
4	Правила поведения при пожаре. Эвакуация.	Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире). Правила безопасной эвакуации из задымленного помещения. Что делать, если при пожаре		1

		нельзя покинуть квартиру. Основные причины возгорания телевизора (электроприбора). Правила безопасного поведения при возгорании телевизора (электроприбора).		
5	Средства тушения пожаров.	Огнестойкость зданий и сооружений. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.		1
6	Электричество.	Опасность электрических и электронных приборов, используемых в быту. Последствия поражения электрическим током. Меры безопасности при обращении с электроприборами.		1
7	Опасные вещества и продукты питания.	Понятие о средствах бытовой химии. Действие препаратов бытовой химии на организм человека. Правила пользования средствами бытовой химии. Опасность лекарственных средств и меры безопасности при их использовании. Бытовой газ и его опасность. Правила пользования бытовым газом. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире. Опасность продуктов питания. Меры по предотвращению пищевых отравлений.		1
8	Взрыв и обрушение дома.	Причины взрывов и обрушений в жилых домах. Правила безопасного поведения при		

		возникновение взрыва в доме (квартире) и обрушении дома.		
<b>Безопасность на дорогах и на транспорте.</b>				
9	Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.	Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Основные причины дорожно-транспортных происшествий. Дорога и ее составные части. Дорожная разметка и дорожные знаки, их характеристика. Сигналы светофора и регулировщика.		1
10	Безопасное поведение пешеходов.	Понятие о пешеходах и пассажирах. Правила безопасного движения пешеходов по дорогам. Правила перехода проезжей части пешеходами. Правила поведения пассажира автобуса (троллейбуса, трамвая). Правила поведения пассажира легкового автомобиля. Правила поведения пассажира мотоцикла.		1
11	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.	Краткая характеристика современных видов транспорта (автомобиль, автобус, трамвай, троллейбус, метро). Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на городском общественном транспорте. Правила безопасного поведения пассажира автомобиля: при неизбежном столкновении, при падении автомобиля в		1



		воду. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Зоны опасности в метро и их характеристики. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях.		
12	Железнодорожный транспорт.	Источники опасности и опасные зоны на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения пассажиров: при крушении поезда, при пожаре в поезде.		1
13	Авиационный транспорт	Характеристика авиационного транспорта. Правила поведения авиапассажиров в салоне самолета. Правила безопасного поведения авиапассажиров: при аварийной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду		1
14	Морской и речной транспорт	Характеристика водного транспорта. Индивидуальные и групповые средства спасения на морском и речном транспорте. Правила пользования спасательным жилетом. Действия пассажиров при аварийных ситуациях и эвакуации с судна. Правила посадки на спасательное средство. Что делать, если		1

		человек упал за борт судна.		
<b>Опасные ситуации на улице</b>				
15	По тонкому льду	Опасности гололёда. Правила поведения во время гололёда.		1
16	Толпа	Понятия «толпа», «паника». Как уцелеть в толпе.		1
17	Собака бывает кусачей	Правила поведения с незнакомой собакой. Что делать, если напала собака.		1
<b>Опасные ситуации социального характера</b>				
18	Психологические основы самозащиты	Язык жестов — важное оружие самозащиты. Основные психологические качества уверенного в себе человека. Психологические рекомендации по преодолению страха и способам самозащиты в опасных ситуациях криминогенного характера.		1
19	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.	Меры по повышению безопасности дома (квартиры). Что не рекомендуется делать, находясь дома без взрослых. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций в доме (квартире); звонок в дверь, дверь квартиры пытаются открыть, вы вернулись из школы, а дверь квартиры открыта. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций: перед подъездом, в		1

		подъезде дома, в лифте, на лестничной площадке.		
20	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательств-ва.	Зоны криминогенной опасности в городе (населенном пункте). Правила безопасного поведения с незнакомым человеком. Правила обеспечения личной безопасности в повседневной жизни. Как предотвратить опасные домогательства.		1
21	Правила поведения при захвате в заложники.	Понятие о заложнике. Меры личной безопасности по предотвращению захвата в заложники. Рекомендации по безопасному поведению при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в заложники в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.		1
<b>Загрязнение среды обитания</b>				
22	Загрязнение воды.	Загрязнение воды. Роль воды в жизнедеятельности человека. Требования к питьевой воде. Способы очистки водопроводной воды в домашних условиях.		1
23	Загрязнение воздуха.	Загрязнение воздуха. Общие сведения об атмосфере. Состав воздуха, которым мы дышим. Причины загрязнения воздуха. Рекомендации по предотвращению загрязнения воздуха в местах проживания.		1

24	Загрязнение почвы	Загрязнение почвы. Роль почвы в жизнедеятельности человека. Причины загрязнения почвы и их последствия. Вредные вещества, накапливающиеся в почве в результате промышленных выбросов. Возбудители инфекционных заболеваний, обитающие в почве		1
<b>II.</b>	<b><u>Оказание первой помощи и здоровый образ жизни</u></b>		<b>10</b>	
<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>				
25	Средства оказания первой помощи	Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и другими средствами оказания помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой помощи в условиях вынужденного автономного существования.		1
26	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей.	Признаки укуса насекомых. Оказание первой помощи при укусах насекомых. Клещевой энцефалит. Признаки укуса клещом. Оказание первой помощи при укусе клещами. Как уберечься от энцефалита. Признаки укуса змеи. Оказание первой помощи пострадавшему, укушенному змеей.		1
27	Первая помощь при ожогах.	Понятие о термических ожогах, их причины. Степени термических ожогов и их признаки. Оказание первой помощи при ожогах. Солнечный ожог. Воздействие		1

		солнечных лучей на организм человека. Рекомендации по предотвращению солнечных ожогов. Признаки солнечного ожога. Оказание первой помощи при солнечном ожоге.		
28	Тепловой и солнечный удар.	Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Профилактика теплового и солнечного удара.		1
29	Обморожение и общее охлаждение организма	Общие сведения об обморожении и общем охлаждении организма. Причины обморожения и общего охлаждения организма. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении.		1
30	Беда на воде.	Основные причины бедствий на водоемах. Первоочередные действия человека, заметившего утопающего. Признаки утопления. Последовательность оказания первой помощи в таких случаях.		1
31	Закрытые травмы.	Виды закрытых травм. Признаки закрытых травм и повреждений (ушибов, растяжений, разрывов связок и мышц, вывихов). Оказание первой помощи при закрытых травмах. Понятие о переломах. Понятие о сдавлении. Оказание первой помощи при сдавлении.		1
32	Способы переноски пострадавших.	Приемы и правила переноски пострадавших при отсутствии штатных (медицинских) средств транспортировки. Приемы и правила транспортировки пострадавших: на шесте, на		1

		носилках из шестов, на носилках-волокушах из длинных жердей, в рюкзаке.		
<b>Основы здорового образа жизни</b>				
33	Правильное питание – основа здорового образа жизни.	Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Регулирование потребления и расхода энергии. Рациональное, сбалансированное и калорийное питание. Суточный рацион питания.		1
34	Гигиена и культура питания.	Основные гигиенические требования к питанию. Режим питания. Распределение калорийности по приемам питания и продолжительность приемов пищи. Понятие о культуре и этикете питания. Правила питания и соблюдения культуры питания.		1
		Итого		34 урока

### **Описание учебно-методического обеспечения:**

1. Пособие в помощь начинающему водителю – от велосипеда до автомобиля. Под общей редакцией Главного государственного инспектора безопасности дорожного движения М.О С.А. Сергеева
2. Основы безопасности жизнедеятельности. Планирование и организация занятий в школе. 5-11 кл.: метод, пособие/ В.Н.Латчук, С.К.Миронов, Б.И.Мишин. - 4-е изд., стереотип. - М.: Дрофа, 2006.
3. Обеспечение безопасности пешеходов: Обзорная информация. Зарубежный опыт. Выпуск 23. – М.: НИЦ БДД МВД России, 2011, - 112 с.
4. Дорожное движение. Безопасность пешеходов, пассажиров, водителей 5-9 классы. Под общей редакцией А.Т. Смирнова. Москва «Просвещение» 2008
5. А.Г.Маслов,В.В.Марков,В.Н.Латчук, М.И. Кузнецов Основы безопасности жизнедеятельности 6 класс. Москва.Дрофа 2015 г.
6. В.В. Поляков, М.И. Кузнецов, В.В. Марков, В.Н. Латчук учебник для общеобразовательных учреждений Основы безопасности жизнедеятельности 5 класс. Москва. Дрофа 2013 г.

### **Описание материально-технического обеспечения курса:**

1. Мультимедийный проектор
2. Видеоматериалы;
3. CD-диски.