

Управление образования
Администрации Советского муниципального района
Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа №10 с. Солдато-Александровского
Советского района»



Принята на заседании
Педагогического совета №1
МОУ «СОШ №10
с. Солдато-Александровского»
протокол №1 от 31.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом №___ -уп от _____ 2023 г.
Директор МОУ «СОШ №10
с. Солдато-Александровского»
_____ Т.В. Фёдорова

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности**

«Азбука здоровья»

Возраст обучающихся: 10-12 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Труш Михаил Николаевич

с. Солдато-Александровское
2023 год

Раздел I «Комплекс основных характеристик программы»

Пояснительная записка

Рабочая программа по дополнительной общеразвивающей программе «Основ безопасности жизнедеятельности» «Азбука здоровья» разработана в соответствии с социальным направлением на основе нормативных документов:

1. Закона Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями).

2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06 октября 2009г. №373 с изменениями внесёнными приказами Министерства образования и науки РФ от 26.11.2010г. №1241, от 22.09.2011г. №2357, от 18.12.2012г. №1060, от 29.12.2014г. №1643, от 18.05.2015г. №507, от 31.12.2015г. №1576.

3. Распоряжения Правительства Российской Федерации от 15.05.2013 №792-р «Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы».

4. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Распоряжения Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 №1726-р «Концепция развития дополнительного образования детей».

6. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 №189 (ред. от 25.12.2013 г.) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (Зарегистрировано в Минюсте России 03.03.2011 г. № 19993), (в ред. Изменений №1, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.06.2011 №85, Изменений №2, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 25.12.2013 г. №72, Изменений №3, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24.11.2015 г. №81).

7. Устава МОУ «СОШ №10 с. Солдато-Александровского»

Новизна программы

Новизной и отличительной особенностью программы является познавательное, социально-коммуникативное развитие у детей, развитие исследовательского характера, пространственных представлений, физических и психических закономерностей, овладение разнообразными способами практических действий, появление созидательного отношения к окружающему.

Программа направлена на формирование основ безопасности учащихся. Определить, правильно или неправильно ведет себя человек в тех или иных обстоятельствах, очень сложно. Ведь даже открытый конфликт ребенка с взрослым или сверстником в некоторых случаях можно оценить положительно – как стремление отстаивать себя и право на свое мнение, поступок.

Любая общепринятая норма должна быть осознана и принята маленьким человеком – только тогда она станет действенным регулятором его поведения.

Прямолинейное, декларативное требование соблюдать принятые в обществе правила поведения чаще всего оказывается малоэффективным. Тем не менее, необходимо выделить такие правила поведения, которые дети должны выполнять неукоснительно, так как от этого зависят их здоровье и безопасность. Для этого очень важно найти адекватный способ объяснения детям этих правил, а затем следить за их выполнением.

Безопасность – это не просто сумма усвоенных знаний, а умение правильно себя вести в различных ситуациях. Кроме того, дети могут оказаться в непредсказуемой ситуации на улице и дома. Поэтому, главной задачей взрослых является стимулирование развития у них самостоятельности и ответственности.

Актуальность программы

Программа предполагает использование приема организации учебного материала по сферам возможных проявлений рисков и опасностей: помещения и бытовые условия, улица и общественные места, природные условия, коммуникационные связи и каналы, объекты и учреждения культуры. Для систематизации дидактических компонентов тематических линий программа предусматривает в парадигме безопасной жизнедеятельности соблюдать цикл действий: «предвидеть опасность по возможности ее избегать при необходимости действовать со знанием дела».

Использование практико-ориентированных интерактивных форм организации учебных занятий предполагает применение тренажерных систем и виртуальных моделей, способных отображать объекты, невозпроизводимые в обычных условиях, а также обеспечивающих электронную поддержку выданных для решения ситуационных задач, отражающих повседневную действительность, это становится возможно с учетом оборудования, которым обеспечена школа в Центре «Точка роста».

Внедрение в преподавание учебного предмета «ОБЖ» современных форм электронного обучения подчинено соблюдению следующих базовых принципов: использование электронной образовательной среды на учебных занятиях должно быть разумным; цифровые образовательные ресурсы являются дополнительным инструментом достижения цели учебного занятия, их использование не является самоцелью; компьютер и дистанционные образовательные технологии не способны полностью заменить педагога и практические действия обучающихся.

Особенности организации образовательного процесса

Программа рассчитана для учащихся 10-12 лет.

Форма детского образовательного объединения: кружок.

Форма обучения – очная.

Режим работы – 9 часов в неделю (306 ч. в год)

Срок освоения программы – 1 год, сентябрь – май.

Программа кружка предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми.

Цель и задачи программы

Основной целью Примерной программы является формирование культуры безопасности как качества личности, представленное в виде совокупно-

сти знаний и осознанных действий, направленных на понимание опасных и безопасных факторов в окружающей действительности, готовности к адекватной оценке опасной ситуации и способности выстраивать социальные взаимоотношения по обеспечению безопасных действий на уровне личности и группы.

Основными **задачами** Примерной программы являются:

- привитие основ культуры здорового образа жизни, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование знаний о негативных факторах, наносящих вред здоровью детей;
- формирование компетентных знаний, умений и навыков в области безопасности жизнедеятельности;
- патриотическое, нравственное и физическое воспитание;
- формирование социальной активности и четкой гражданской позиции;
- формирование социально значимых навыков в процессе коллективной коммуникативной деятельности, формирование опыта социально значимой деятельности;
- формирование законопослушного поведения и правовой культуры.

В целях реализации системного подхода и обеспечение непрерывного изучения предмета на уровне основного общего образования подразумевается внедрение единой структурно-логической схемы изучения тематических линий с учетом психолого-возрастных особенностей обучающихся:

- **безопасность во время пребывания в различных средах** – «правила пребывания в различных средах риски и действия по их снижению во время пребывания в различных средах действия в условиях опасностей в различных средах»;
- **здоровый образ жизни** – «значение для человека здорового образа жизни, правила здорового образа жизни и их соблюдение экологическая безопасность»;
- **первая помощь пострадавшим** – «принципы и общий порядок оказания первой помощи пострадавшим приемы и правила оказания первой помощи пострадавшим при состояниях, угрожающих их жизни и здоровью»;
- **основы комплексной безопасности населения Российской Федерации** – «правовые основы обеспечения комплексной безопасности организация комплексной защиты населения основные мероприятия комплексной защиты населения».

Содержание программы

	Название разделов	Содержание разделов	Термины и понятия, которые обучающиеся должны запомнить в процессе изучения разделов	Характеристика видов деятельности учащихся
--	-------------------	---------------------	--	--

Один дома	1.Электричество	Электричество, розетка, электроприбор, электропровод, неисправность	объяснять правила противопожарной безопасности при работе с электроприборами, электричеством;
	2.Бытовая химия	Бытовая химия, растворители, чистящие средства, стиральный порошок, средства для мытья окон, ацетон, средства для борьбы с тараканами	уметь пользоваться предметами бытовой химии (растворителями, стиральными порошками, чистящими средствами);
	3.Выход из квартиры	Краны газа, воды, выключатели света	соблюдать правила безопасного поведения
	4. Лифт	Лифт, кабина лифта, внезапная остановка лифта	объяснять правила пользования лифтом, правилами поведения при внезапной остановке лифта;
Городской транспорт	1.Поведение на остановке	Остановка общественного транспорта, знак остановки, дорожная разметка	различать формы поведения на остановках общественного транспорта, в общественном транспорте;
	2.Посадка и выход из городского общественного транспорта	Посадка в транспорт, проездной билет, автоматический контроллер (валидатор), выход из транспорта	различать формы поведения на остановках общественного транспорта, в общественном транспорте;
	3.Правила поведения в автобусе, трамвае, троллейбусе	Поручень, посадка в общественный транспорт, забытые вещи	различать формы поведения на остановках общественного транспорта, в общественном транспорте;
	4. Как правильно перейти дорогу после остановки го-	Переход проезжей части	соблюдать правила поведения при переходе проезжей

		родского транспорта		части;
		5. Место ребенка при посадке в автомобиле	Детское удерживающее устройство, ремень безопасности, безопасность в салоне автомобиля	объяснить правила пользования ремнём безопасности в салоне автомобиля, детским удерживающим устройством;
Природа	1. Животные	Дикие животные, встреча со змеей,		моделировать ситуации при встрече с дикими животными, змеями;
	2. Если заблудился в лесу	Ориентирование на местности, пути выхода из леса, компас		ориентироваться на местности, пользоваться компасом;
Водоемы	1. Опасные места для купания	Сильное течение, омут, водоворот, грязный водоем, опасные предметы под водой (бревна, железные прутья, арматура)		соблюдать правила безопасного поведения на воде;
	2. Оборудования места для купания	Табличка «Купание разрешено», спасательный пост, буйки, кабинки для переодевания		соблюдать правила безопасного поведения на воде;
	3. Опасные игры на воде	Захват ноги (руки) под водой, испуг во время игр, топление «в шутку», игры «на спор»		соблюдать правила безопасного поведения на воде;
	4. Коварные предметы(надувные круги, матрасы)	Нарукавники, матрасы, автокамеры, круги, клапан подачи воздуха		соблюдать правила безопасного поведения на воде;
	5. На водоеме зимой	Тонкий лед, проваливание под лед		соблюдать правила безопасного поведения на воде;
Распорядок дня	1. Зарядка	Подъем, зарядка, предметы для зарядки, время выполнения зарядки		моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья,

		2.Питание	Рациональный режим питания, правильное питание, баловство во время еды, переедание, полезные продукты	моделировать в ходе практических работ ситуации по здоровому питанию
		3. Отдых	Отдых после школы	моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья,
		4.Сон	Правила здорового сна, режим сна, одежда для сна	моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья,
Первая помощь		1. Ушиб	Падение, ушиб, опухоль, синяк, первая помощь при ушибе	моделировать в ходе практических работ ситуации по оказанию первой помощи при падениях, ушибах, синяках,
		2.Обморожение	Обморожение, причины обморожения, прикосновение к металлическим предметам на морозе, правила поведения при обморожении	моделировать в ходе практических работ ситуации по оказанию первой помощи при обморожениях,
		3.Простуда	Простуда, жар, кашель, насморк, градусник, лечение простуды	моделировать в ходе практических работ ситуации по измерению температуры тела.
	Воспитание	1. Праздники 23 февраля, 8 Марта, 9 мая.	Государственные праздники, семейные праздники, праздничный стол, подарки	
	Название разделов	Содержание разделов	Термины и понятия, которые обучающиеся	Характеристика видов деятельности учащихся

			должны запомнить в процессе изучения разделов	
Опасные ситуации дома	1. Пожар и задымление	Пожар, дым, отравление дымом, электроприборы, первичные средства пожаротушения	Пожар, дым, отравление дымом, электроприборы, первичные средства пожаротушения	объяснять правила противопожарной безопасности при обращении с электричеством, при пожарах и задымлениях;
	2. «А у нас в квартире газ! А у вас?»	Газ, газовая плита, утечка газа, кран подачи газа, отравление газом	Газ, газовая плита, утечка газа, кран подачи газа, отравление газом	объяснять правила противопожарной безопасности при обращении с газом,
	3. Что делать, если случайно захлопнулась дверь	Замок, запасные ключи	Замок, запасные ключи	соблюдать правила безопасного поведения
Опасные ситуации в городе	1. Массовые мероприятия	Массовые мероприятия, толпа, паника, давка	Массовые мероприятия, толпа, паника, давка	моделировать ситуации по безопасному поведению при опасных ситуациях в городе (массовые мероприятия и т.д.)
	2. Забытые вещи	Чужие вещи, забытый багаж	Чужие вещи, забытый багаж	соблюдать правила безопасного поведения
	3. Хулиганы	Хулиганы, драка, оскорбление, безлюдные места, страх	Хулиганы, драка, оскорбление, безлюдные места, страх	соблюдать правила безопасного поведения
	4. Незнакомые люди	Незнакомый человек, уговоры, приглашения	Незнакомый человек, уговоры, приглашения	соблюдать правила безопасного поведения
Опасные природные явления	1. Осторожно молния!	Молния, шаровая и линейная молния, гроза, удар молнией	Молния, шаровая и линейная молния, гроза, удар молнией	познакомиться с правилами поведения при ЧС (при молнии, грозе, природном пожаре, гололёде);
	2. Берегите лес от пожара!	Природный пожар, верховой и низовой пожар, степ-	Природный пожар, верховой и низовой пожар, степ-	соблюдать правила безопасного поведения

			ной пожар, подземный пожар, засуха, костер	
		3. Гололед	Гололед, занос, тормозной путь	соблюдать правила безопасного поведения на дорогах зимой
		4. сосульки	Сосульки, угроза падения сосулек	соблюдать правила безопасного поведения на улице зимой
	Вредные воздействия бытовой химии	1. Вредные воздействия привычных вещей	Телевизор, компьютер, телефон, плеер, излучение, утомление	моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья,
	Первая помощь	1. Инфекционные заболевания	Инфекционные заболевания, инфекции дыхательных путей, кишечные инфекции, кровяные инфекции, инфекции наружных покровов, личная гигиена, предписание врача	моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья, по оказанию первой помощи при инфекционных заболеваниях,
		2. Внезапная боль	Боль, боль в боку, груди, ухе, зубная боль	моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья, по оказанию первой помощи при внезапных болях,
		3. Обморок	Обморок, головокружение, затуманивание сознания, звон в ушах, доступ свежего воздуха	моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья,

				по оказанию первой помощи при обмороках;
Патриотическое воспитание	1. Спасатели и пожарные	Спасатель, пожарный, смелость, мужество, служба спасения	различать службы спасения (форма спасателя, полицейского, пожарного, защитника Отечества).	
	2. Сотрудники правоохранительных органов	Борьба с преступностью, общественный порядок, безопасность дорожного движения, «горячие следы»	различать службы спасения (форма спасателя, полицейского, пожарного, защитника Отечества).	
	3. Защитники Отечества	Защитники Отечества, захватчик, патриотизм, военнослужащий, памятник	различать службы спасения (форма спасателя, полицейского, пожарного, защитника Отечества).	
Название разделов	Содержание разделов	Термины и понятия, которые обучающиеся должны запомнить в процессе изучения разделов	Характеристика видов деятельности учащихся	
Чрезвычайные ситуации	1. Штормовое предупреждение	Штормовое предупреждение	познакомиться с правилами поведения при ЧС: штормовое предупреждение применять на практике правила экстренной эвакуации;	
	2. Сигнал «Внимание всем!»	Оповещение, источник информации, указания, сообщения	познакомиться с правилами поведения при ЧС, применять на практике правила экстренной эвакуации;	
	3. Землетрясение	Землетрясение, зарница, необыч-	познакомиться с правилами пове-	

			ное поведение животных, завал	дения при ЧС: землетрясение, применять на практике правила экстренной эвакуации;
		4. Наводнение	Наводнение, поток воды, загрязнение воды, самоэвакуация	познакомиться с правилами поведения при ЧС, применять на практике правила экстренной эвакуации;
		5. Ураган, буря, смерч, шторм	Ураган, буря, смерч, шторм, шквал, вихрь	познакомиться с правилами поведения при ЧС: ураган, буря, смерч, шторм, шквал, вихрь; применять на практике правила экстренной эвакуации;
		6. Метель	Метель, вьюга, пурга, снежная буря, обморожение, снежные заносы	познакомиться с правилами поведения при ЧС: метель, вьюга, пурга, снежная буря, обморожение, снежные заносы; применять на практике правила экстренной эвакуации;
	Безопасность на транспорте	1. Безопасность на водном транспорте (морской, речной)	Борт, палуба, каюта, кораблекрушение, шлюпка, спасательный жилет, спасательный круг	моделировать ситуации по применению правил безопасного применения на водном транспорте
		2. Безопасность на железнодорожном транспорте	Железнодорожный транспорт, вокзал, платформа, электричка	моделировать ситуации по применению правил безопасного применения на железнодорожном транс-

		3.Правила безопасного поведения в метро	Метро, турникет, эскалатор, платформа	порте моделировать ситуации по применению правил безопасного применения на метро
	Пиротехнические средства	1.Пиротехнические изделия и правильное обращение с ними	Салют, хлопушка, бенгальские свечи, петарды, огневые фонтаны, конфетти	объяснять правила противопожарной безопасности при использовании пиротехнической техники;
	Вредные привычки	1. Табакокурение	Курение табака, никотин, непотушенная сигарета, пассивное курение, продукты курения	обсуждать в коллективе необходимость соблюдения правил здорового образа жизни (отказ от табака);
		2. Алкоголь и алкоголизм	Алкоголь, алкоголизм	обсуждать в коллективе необходимость соблюдения правил здорового образа жизни (отказ от алкоголя);
	Первая помощь	1. Вывих	Вывих, сустав, травмпункт	моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья, по оказанию первой помощи при вывихах, попадания инородного тела в организм, наложение повязок.
		2. Инородное тело	Инородное тело в глазу, ухе, дыхательных путях, пищеводе	моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья, по оказанию первой помощи при попадании

			инородного тела в организм,
	3. Повязки	Повязка, перевязка, стерильность, перевязочный материал	моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья, по оказанию первой помощи, накладывание повязок.

Общая характеристика курса

Формирование культуры безопасности жизнедеятельности является одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа по основам безопасности жизнедеятельности должна включать в себя формирование компетенций, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся на ступени начального общего образования.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Учебно-тематический план составлен в виде таблицы, в которой изложены название и последовательность подачи учебных тем, а также количество часов, отводимых на практические и теоретические занятия.

Календарно – тематический план

№ п/п	Наименование раздела	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата
1.	Дорога в школу и домой	2	Беседа		
2.	Один дома	6	Беседа		
3.	Городской транспорт.	6	Беседа		
4.	Транспорт сельской местности.	6	Беседа, практическое занятие	Составить рассказ	
5.	Природа (животные, если заблудился в лесу)	6	Беседа, просмотр видео фильма		
6.	Как вести себя с дикими животными?	3	Беседа		

7.	Водоемы	6	Беседа		
8.	Распорядок дня	4	Беседа	Составить свой распорядок	
9.	Личная гигиена	4	Беседа		
10.	Основы здорового образа жизни	6	Беседа		
11.	Противопожарный режим в школе	2	Беседа, практическое занятие	Рассказ родителям о мерах безопасности	
12.	Действия в случае пожара. Первая помощь пострадавшим.	2	Беседа, практическое занятие		
13.	Практическое занятие по эвакуации	2	Беседа, практическое занятие		
14.	Игра «Пожарная дружина»	2		Игра	
15.	Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище.	3	Беседа, практическое занятие		
16.	Личная безопасность при пожаре	2	Беседа, практическое занятие		
17.	Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни.	4	Беседа, просмотр видеофильма		
18.	Что вокруг нас может быть опасным?	2	Беседа, практическое занятие	Составление памятки	
19.	Школьный травматизм.	2	Беседа		
20.	Пищевые отравления. Первая медицинская помощь при отравлениях.	2	Беседа		

21.	Инфекционные заболевания, их причина, связь с образом жизни.	3	Беседа, просмотр презентации		
22.	Можно ли уберечься от травм? В глаз, ухо, нос попало инородное тело. Ушибы, ссадины, порезы.	3	Беседа, практическое занятие	Работа с тренажерами	
23.	Можно ли уберечься от травм? Вывихи, растяжения.	4	Беседа, практическое занятие		
24.	Колющие, режущие предметы в домашнем обиходе	6	Беседа, практическое занятие	Работа с тренажерами	
25.	Первая помощь (колото-режущие раны)	12	Беседа, практическое занятие	Работа с тренажерами	
26.	Повторение пройденного материала	4	Беседа, практическое занятие	Работа с тренажерами	
27.	Практическое занятие. Тест.	2	Беседа, практическое занятие		
28.	Опасные ситуации дома	6	Беседа, практическое занятие		
29.	Опасные ситуации в городе	10	Беседа, практическое занятие		
30.	Опасные ситуации в природе	8	Беседа, практическое занятие	Составление памятки	
31.	Подготовка к активному отдыху на природе	4	Беседа, практическое занятие		

32.	Активный отдых на природе и безопасность	4	Беседа, практическое занятие	Составление памятки	
33.	Животные вокруг нас. В лес по грибы и ягоды.	2	Беседа, практическое занятие		
34.	Если заблудился в лесу. Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта.	4	Беседа, практическое занятие	Составление памятки	
35.	Опасные природные явления	4	Беседа, практическое занятие		
36.	Общие правила безопасного поведения в быту.	4	Беседа, практическое занятие		
37.	Безопасное обращение с бытовыми приборами, бытовым газом, средствами бытовой химии.	10	Беседа, практическое занятие		
38.	Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером	4	Беседа, практическое занятие	Составление памятки	
39.	Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.	2	Беседа, практическое занятие		
40.	Вредные воздействия бытовой техники	8	Беседа, практическое занятие		
41.	Первая помощь (травма голени, грудной клетки, черепно-мозговая травма)	12	Беседа, практическое занятие	Работа с тренажерами	
42.	Практическое занятие. Тест.	2	Беседа, практическое занятие	Тест	
43.	Патриотическое воспитание	10	Беседа, практи-		

			ческое занятие		
44.	Чрезвычайные ситуации (геологического, техногенного, биолого-социального, гидрологического происхождения)	10	Беседа, просмотр видео фильма		
45.	Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера: террористическая угроза.	4	Беседа, просмотр видео фильма		
46.	Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера: если ты оказался в заложниках.	4	Беседа, просмотр видео фильма		
47.	Защита населения от чрезвычайных ситуаций различного характера	10	Беседа, просмотр видео фильма		
48.	Безопасность на транспорте	4	Беседа, практическое занятие		
49.	Пиротехнические средства	2	Беседа		
50.	Вредные привычки	6	Беседа, практическое занятие		
51.	С кем дружат болезни?	2	Беседа, практическое занятие		
52.	Первая помощь (наложение повязок, шин)	12	Беседа, практическое занятие	Выполнение перевязок	
53.	Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминальной ситуации.	2	Беседа		
54.	Общие правила безопасного поведения дома для профи-	2	Беседа, практи-		

	лактики криминальных ситуаций.		ческое занятие		
55.	Безопасность у телефона. Воры в квартире.	2	Беседа, практическое занятие		
56.	Безопасность на улице. Знание своего села и его особенностей.	4	Беседа, практическое занятие		
57.	Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций.	4	Беседа, практическое занятие		
58.	Практическое занятие. Извлечение инородного тела из дыхательных путей человека.	6	Беседа, практическое занятие	Работа с тренажером	
59.	Практическое занятие. Искусственное дыхание.	8	Беседа, практическое занятие	Работа с тренажером	
60.	Итоговое тестирование	4	Беседа, практическое занятие	Работа с тренажером	
61.	Проектная деятельность	4	Беседа, практическое занятие		
62.	Профессия – спасатель!	3	Беседа, просмотр видео фильма		
63.	Игра-викторина «Моя безопасность»	2	Беседа, практическое занятие	Проведение игры	
64.	Квест «Мы туристы»	2	Беседа, практическое занятие	Прхождение квеста	
65.	Тестовая работа. Твоя безопасность – в твоих руках!	2	Беседа, практическое	Тест	

			занятие		
66.	Квест-игра «Туристический лабиринт»	3	Беседа, практическое занятие	Прохождение квеста	
67.	Обобщение знаний «Безопасность - значит жизнь!»	4	Беседа, практическое занятие		
68.	Квест – игра «Страна Безопасности»	2	Беседа, практическое занятие	Прохождение квеста	
69.	Здравствуй лето! Безопасные каникулы.	2	Беседа, практическое занятие	Составление памятки	
ИТОГО		306 ч.			

Описание ценностных ориентиров курса

Значительные возможности по формированию ОБЖ заложены не только при проведении тематических уроков, но и во внеурочной деятельности. Основным условием организации процесса обучения безопасному поведению является реализация его не как отдельного самостоятельного процесса, а как формообразующего стержня функционирования педагогических систем, которыми являются образовательное учреждение, коллектив педагогов, воспитанники и их родители. Только в этом случае возникает комплексная система деятельности, оптимально приспособленная к функционированию как самого образовательного учреждения, так и системы образования в целом.

Формирование ОБЖ во внеурочной деятельности должно проводиться на основе патриотического воспитания, социализации личности, развития лидерских качеств, социальной активности и гражданственности. С учетом специфики внеурочной деятельности в данной программе используются такие формы работы, которые обеспечивают событийный подход и постоянное подкрепление теоретических положений практической деятельностью.

В целях формирования функциональной грамотности и актуальных умений в Примерной программе учитывается необходимость привития обучающимся навыков действий в чрезвычайных ситуациях, в том числе умение оказывать поддержку, обращаться за помощью, взаимодействовать с людьми, конструктивно реагировать на неудачи, действовать решительно, оценивать свои возможности, эффективно и безопасно пользоваться домашними приборами.

Система внеурочной деятельности подразумевает добровольное уча-

стие; воспитанников во всех мероприятиях программы. Соответственно вопрос о последовательном и поэтапном освоении воспитанниками программ внеурочной деятельности в большей степени зависит от педагогического мастерства педагога-организатора, уровня и качества проводимых мероприятий, их психолого-педагогическая атмосфера.

Безопасность во время пребывания в различных средах

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах. Правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном), ответственность за их нарушения. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах и поездках. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, самозащита покупателя). Элементарные способы самозащиты. Информационная безопасность подростка.

Основы здорового образа жизни

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игра, употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов. Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей. Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.

Практические работы проводятся с использованием оборудования:

Набора имитаторов травм и поражений, шины лестничной, воротника шейного, Тренажёра-манекена {для отработки сердечно-лёгочной реанимации, Табельных средств для оказания первой медицинской помощи, Коврика для проведения сердечно-лёгочной реанимации, Тренажёра-манекена для от-

работки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей, поставленных в «Точки роста».

Основы комплексной безопасности населения Российской Федерации.

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению.

Средства индивидуальной защиты. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте,

Гидротехнических сооружениях). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность. Ответственность несовершеннолетних за правонарушения. Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

Результаты изучения курса

Личностными результатами изучения курса является формирование следующих умений:

- Внутренняя позиция школьника: положительное отношение к школе; чувство необходимости учения.
- Способность адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении.
- Сформированность познавательных мотивов; интерес к новому; интерес к способу решения и общему способу действия.
- Стремление к самоизменению – приобретению новых знаний и умений.
- Освоение личностного смысла учения; выбор дальнейшего образовательного маршрута.

Метапредметными результатами изучения курса являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- Самостоятельно формулировать задание: определять его цель, планировать алгоритм его выполнения, корректировать работу по ходу его выполнения, самостоятельно оценивать.
- Осуществлять итоговый и пошаговый контроль результатов.

- Адекватно воспринимать критику ошибок и учитывать её в работе над ошибками.
- Регулировать своё поведение в соответствии с моральными нормами и этическими требованиями.
- Планировать собственную деятельность, связанную с бытовыми жизненными ситуациями.

Познавательные УУД:

- Ориентироваться в учебном пособии: определять умения, которые будут сформированы на основе изучения данного раздела; определять круг своего незнания; планировать свою работу по изучению незнакомого материала.
- Самостоятельно предполагать, какая дополнительная информация будет нужна для изучения незнакомого материала.
- Сопоставлять и отбирать информацию, полученную из различных источников.
- Устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения, анализировать, сравнивать, группировать различные объекты, явления.
- Самостоятельно делать выводы, перерабатывать информацию, преобразовывать её, представлять информацию на основе схем, моделей, таблиц, сообщений.
- Уметь передавать содержание в сжатом, выборочном или развернутом виде.

Коммуникативные УУД:

- Владеть диалоговой формой речи.
- Оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций.
- Читать вслух и про себя тексты, понимать прочитанное.
- Критично относиться к своему мнению, учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в паре.
- Участвовать в работе группы, выполнять свою часть обязанностей, учитывая общий план действий и конечную цель. Предвидеть последствия коллективных решений.
- Осуществлять самоконтроль, взаимоконтроль и взаимопомощь.
- Адекватно использовать речевые средства для решения коммуникативных задач.

Предметными результатами

К концу обучения дети должны:

- объяснять правила противопожарной безопасности при работе с электроприборами, электричеством;
- уметь пользоваться предметами бытовой химии (растворителями, стиральными порошками, чистящими средствами);
- объяснять правила пользования лифтом, правилами поведения при внезапной остановке лифта;
- различать формы поведения на остановках общественного транспорта, в общественном транспорте;
- соблюдать правила поведения при переходе проезжей части;

- объяснять правила пользования ремнём безопасности в салоне автомобиля, детским удерживающим устройством;
- моделировать ситуации при встрече с дикими животными, змеями;
- ориентироваться на местности, пользоваться компасом;
- соблюдать правила безопасного поведения на воде;
- моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья, по оказанию первой помощи при падениях, ушибах, синяках, обморожениях, измерять температуру тела.
- объяснять правила противопожарной безопасности при обращении с газом, электричеством, при пожарах и задымлениях;
- моделировать ситуации по безопасному поведению при опасных ситуациях в городе (массовые мероприятия и т.д.)
- познакомиться с правилами поведения при ЧС (при молнии, грозе, природном пожаре, гололёде);
- моделировать правила пользования телефоном, записывать телефоны экстренной помощи, моделировать ситуации вызова экстренной помощи по телефону;
- моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья, по оказанию первой помощи при инфекционных заболеваниях, внезапных болях, обмороках;
- различать службы спасения (форма спасателя, полицейского, пожарного, защитника Отечества);
- познакомиться с правилами поведения при ЧС (штормовое предупреждение, землетрясение, ураган, метель), применять на практике правила экстренной эвакуации;
- моделировать ситуации по применению правил безопасного применения на транспорте (водный, железнодорожный, метро);
- объяснять правила противопожарной безопасности при использовании пиротехнической техники;
- обсуждать в коллективе необходимость соблюдения правил здорового образа жизни;
- моделировать в ходе практических работ ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья, по оказанию первой помощи при вывихах, попадании инородного тела в организм, накладывание повязок.

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

1. Патриотическое воспитание школьников. Учебное пособие / Составитель Л.В. Воронкова. – М.: Педагогическое общество России, 2005. – 96 с.;
2. Методическое пособие для проведения занятий по правилам пожарной безопасности с учащимися общеобразовательных школ Московской области – Видное., 2000, - 56 с.;
3. Тренажеры для практических занятий
4. Электронные ресурсы:
 - <https://nsportal.ru/shkola/osnovy-bezopasnosti-zhiznedeyatelnosti/library>;

- <https://multiurok.ru/all-sites/obzh/>;
 - <https://infourok.ru/biblioteka/obzh/>;
 - <http://обж.рф>;
 - <http://school-obz.org/>;
- <https://www.youtube.com/playlist?list=PLp1o4TiOetLxrxNTHbqW7-2Ue4HWXJNjr>.