

Приложение 1
к Основной общеобразовательной
программе-образовательной
программе основного общего образования (новая
редакция) МБОУ СОШ №90 (утверждена приказом
МБОУ СОШ № 90 от 22 декабря 2017 г. № 258)

**Рабочая программа
по внеурочной деятельности**

«Школа безопасности»

(направление: общеинтеллектуальное)

5-6 классы

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Результаты курса внеурочной деятельности «Школа безопасности» направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

Ожидаемый результат обучения по данной программе в наиболее общем виде может быть сформулирован как способность обучающихся правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера.

Таким образом, в результате изучения курса «Школа безопасности» ученик в 5 классе должен:

Знать:

- основные понятия здоровья и факторов, влияющих на него;
- иметь представление о существующих опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера в современных условиях жизнедеятельности;
- элементарные правила поведения дома, в школе, на улице, в транспорте, на проезжей части, в лесу, на водоёмах;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения.

Уметь:

- использовать приобретенный в школе опыт деятельности в реальной и повседневной жизни для:
 - ведения здорового образа жизни;
 - действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
 - пользования бытовыми приборами;
 - использования по назначению лекарственных препаратов;
 - пользования бытовыми приборами;
 - соблюдения общих правил безопасного дорожного движения;
 - соблюдение мер пожарной безопасности дома и на природе;
 - соблюдения мер безопасного поведения на водоёмах в любое время года;
 - оказания первой медицинской помощи в неотложных состояниях;
 - вызова (обращения) за помощью в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи.

В результате изучения внеурочной деятельности учебного курса «Школа безопасности» ученик в 6 классе должен:

Знать:

- меры безопасности при активном отдыхе в природных условиях;
- опасности, которые могут произойти с человеком в природных условиях;
- факторы, разрушающие здоровье;
- основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи.

Уметь:

- предвидеть опасность, предупредить или избежать ее;
- ориентироваться на местности;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах, тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге, укусах змей и насекомых;

Использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- выработки потребности в соблюдении норм здорового образа жизни;
- обеспечения личной безопасности при автономном пребывании человека в природной среде;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных ситуациях.

Формирование универсальных учебных действий

В результате изучения курса «Школа безопасности» в 5-6 классах у учащихся будут формироваться *личностные, регулятивные, познавательные* и *коммуникативные* универсальные учебные действия как основа умения учиться.

Личностные результаты:

- 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.

Метапредметные результаты:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия 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;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
- формирование духовно-нравственных качеств учащихся для снижения опасности быть вовлеченным в экстремистскую и террористическую деятельность.

Предметные результаты:

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курения и нанесения иного вреда здоровью;
- формирование экстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умения оказывать первую медицинскую помощь;
- умение 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 вырабатывать 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.

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

5 КЛАСС

Раздел I. Основы комплексной безопасности (15 ч.)

Глава 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека (5 ч.)

Роль городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации, которые могут возникнуть в городе.

Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище, и меры по их профилактике.

Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.

Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения (город-столица, город-порт и др.). Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе (с взрослыми и сверстниками, с незнакомым человеком).

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера (6 ч.)

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения. Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Дорожные знаки. Светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

Пешеход — участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.

Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

Транспортное средство и водитель. Общие обязанности водителя. Велосипедист — водитель транспортного средства (велосипеда). Требования, предъявляемые к техническому состоянию велосипеда. Обязанности велосипедиста, правила его поведения на дороге.

Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре.

Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

Глава 3. Опасные ситуации природного характера (2 ч.)

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений.

Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (2 ч.)

Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы). Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационноопасных объектах; аварии на пожарных - взрывоопасных объектах; аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Действия населения при оповещении об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации. Организация эвакуации населения. Правила безопасного поведения при проживании на радиоактивно загрязненной местности

Раздел II. Основы противодействия экстремизму и терроризму в РФ (8 ч.)

Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (4 ч.)

Антиобщественное поведение и его опасность. Обеспечение личной безопасности дома. Обеспечение личной безопасности на улице. Решение ситуативных задач.

Криминогенные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации.

Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.

Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасные ситуации. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

Глава 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (4 ч.)

Экстремизм и терроризм, основные понятия, причины их возникновения. Виды экстремистской и террористической деятельности. Виды террористических актов и их последствия. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

Раздел III. Основы здорового образа жизни (6 ч.)

Глава 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3 ч.)

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств. Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основные составляющие здорового образа жизни.

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой. Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода, гигиена питания.

Глава 8. Факторы, разрушающие здоровье (3 ч.)

Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для совершенствования духовных и физических качеств. Вредные привычки (курение, употребление алкоголя), их отрицательное влияние на развитие способностей человека и его здоровье.

Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия постоянного курения для здоровья человека. Как уберечь себя от курения.

Алкоголь — наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность, отношение Человека, ведущего здоровый образ жизни, к употреблению спиртных напитков.

Собеседования на тему «Основы здорового образа жизни и профилактика вредных привычек». Обсуждаемые вопросы:

Влияние курения и употребления спиртных напитков на развитие человека, на его физические и умственные способности.

Почему курение и употребление спиртных напитков не совместимо с занятиями физической культурой и спортом?

Как подготовить себя к тому, чтобы твердо сказать «нет!», когда предлагают сигарету или спиртное.

Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (5 ч.)

Глава 9. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (5 ч.)

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи. Ситуации, при которых следует немедленно вызывать «скорую помощь», правила ее вызова. Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома. Последовательная отработка навыков в оказании первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении.

Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях. По выбору преподавателя отрабатываются навыки по оказанию первой медицинской помощи при отравлении медикаментами, препаратами бытовой химии, кислотами, щелочами, никотином, угарным газом.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности **6 класс**

Раздел I. Основы комплексной безопасности (24 ч.)

Глава 1. Подготовка к активному отдыху на природе (5 ч.)

Природа и человек. Общение с живой природой - естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему.

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, заготовка топлива, приготовление пищи на костре.

Определение необходимого снаряжения для похода.

Глава 2. Активный отдых на природе и безопасность (5 ч.)

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Обеспечение безопасности в пешеходных и горных походах. Порядок движения походной группы. Выбор линии движения в пешем путешествии. Режим и распорядок дня похода. Преодоление лесных зарослей и завалов, движение по склонам, преодоление водных препятствий.

Подготовка и проведение лыжных походов, одежда и обувь туриста-лыжника, подбор и подготовка лыж. Организация движения, организация ночлегов. Меры безопасности в лыжном походе.

Водные походы. Подготовка к водному путешествию. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Обеспечение безопасности на воде.

Велосипедные походы. Особенности организации велосипедных походов. Обеспечение безопасности туристов в велосипедном походе.

Глава 3. Дальний и международный туризм, меры безопасности (6 ч.)

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и международном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация к холодному климату.

Акклиматизация в условиях жаркого климата. Акклиматизация в горной местности.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта (автомобилем, железнодорожным транспортом).

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видами транспорта.

Глава 4. Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде (4 ч.)

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономии.

Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Сооружение временного укрытия из подручных средств. Добывание огня, обеспечение водой и пищей. Подача сигналов бедствия.

Глава 5. Опасные ситуации в природных условиях (4ч.)

Опасные погодные условия и способы защиты от них.

Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (9 ч.)

Глава 6. Здоровье человека и факторы, влияющие на него (5 ч.)

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье.

Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.

Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека. Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ.

Глава 7. Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи (4 ч.)

Вопросы личной гигиены и оказания первой медицинской помощи в природных условиях.

Походная аптечка. Лекарственные растения.

Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и потертостях. Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях связок.

Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении. Первая медицинская помощь при ожогах.

Оказание первой медицинской помощи при укусе ядовитой змеи. Первая медицинская помощь при укусах насекомых.

Основными формами реализации программы курса внеурочной деятельности «Школа безопасности» являются: беседа, практикум, игра, исследование, экскурсия, консультация и др.

Базовыми технологиями, на которых построена реализация курса, являются:

- разноуровневое обучение;
- обучение в сотрудничестве.

Активные и интерактивные методы обучения;

- информационно-коммуникационные технологии;
- игровые технологии;
- исследовательская технология обучения;
- здоровьесберегающие технологии.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов, глав	Количество часов
Раздел I. Основы комплексной безопасности		15
Глава 1	Человек, среда его обитания, безопасность человека	5
1.1	Роль городов в развитии человеческого общества.	1
1.2	Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни.	1
1.3	Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города	1
1.4	Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения	1
1.5	Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе.	1
Глава 2	Опасные ситуации техногенного характера	6
2.1	Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения.	1
2.2	Пешеход — участник дорожного движения.	1
2.3	Пассажир, общие обязанности пассажира	1
2.4	Транспортное средство и водитель.	1
2.5	Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище.	1
2.6	Общие правила безопасного поведения в быту.	1
Глава 3	Опасные ситуации природного характера	2
3.1	Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления	1
3.2	Водоемы. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.	1
Глава 4	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	2
4.1	Чрезвычайные ситуации природного характера	1
4.2	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1
Раздел II. Основы противодействия экстремизму и терроризму в РФ		8
Глава 5	Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение	4
5.1	Антиобщественное поведение и его опасность.	1
5.2	Криминогенные ситуации в городе	1
5.3	Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций.	1
5.4	Безопасность на улице.	1

Глава 6	Экстремизм и терроризм - чрезвычайные опасности для общества и государства	4
6.1	Экстремизм и терроризм, основные понятия, причины их возникновения.	1
6.2	Виды экстремистской и террористической деятельности.	1
6.3	Виды террористических актов и их последствия.	1
6.4	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.	1
Раздел III. Основы здорового образа жизни		6
Глава 7	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни	3
7.1	Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств	1
7.2	Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека.	1
7.3	Роль питания в сохранении и укреплении здоровья.	1
Глава 8	Факторы, разрушающие здоровье	3
8.1	Вредные привычки	1
8.2	Табачный дым и его составляющие.	1
8.3	Алкоголь — наркотический яд	1
Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи		5
Глава 9	Первая медицинская помощь и правила ее оказания	5
9.1	Первая медицинская помощь	1
9.2	Содержание аптечки первой помощи	1
9.3	Первая медицинская помощь при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении.	1
9.4	Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека	1
9.5	Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях.	1
Итого:		34 часа

6 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов, глав	Количество часов
Раздел I. Основы комплексной безопасности		24
Глава 1	Подготовка к активному отдыху на природе.	5
1.1	Природа и человек.	1

1.2	Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему.	1
1.3	Ориентирование на местности.	1
1.4	Порядок движения по маршруту.	1
1.5	Разведение костра, заготовка топлива, приготовление пищи на костре.	1
Глава 2	Активный отдых на природе и безопасность.	5
2.1	Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.	1
2.2	Обеспечение безопасности в пешеходных и горных походах	1
2.3	Подготовка и проведение лыжных походов	1
2.4	Водные походы	1
2.5	Велосипедные походы.	1
Глава 3	Дальний и международный туризм, меры безопасности.	6
3.1	Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и международном туризме.	1
3.2	Акклиматизация к холодному климату.	1
3.3	Акклиматизация в условиях жаркого климата	1
3.4	Акклиматизация в горной местности	1
3.5	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта	1
3.6	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видами транспорта.	1
Глава 4	Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде.	4
4.1	Автономное пребывание человека в природе	1
4.2	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.	1
4.3	Сооружение временного укрытия из подручных средств	1
4.4	Добывание огня, обеспечение водой и пищей. Подача сигналов бедствия.	1
Глава 5	Опасные ситуации в природных условиях.	4
5.1	Опасные погодные условия и способы защиты от них.	1
5.2	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях	1
5.3	Укусы насекомых и защита от них.	1
5.4	Клещевой энцефалит и его профилактика.	1
Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни		10
Глава 6	Здоровье человека и факторы, влияющие на него.	5
6.1	Здоровый образ жизни и профилактика утомления	1
6.2	Компьютер и его влияние на здоровье.	1

6.3	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.	1
6.4	Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека	1
6.5	Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ.	1
Глава 7	Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи.	4
7.1	Вопросы личной гигиены и оказания первой медицинской помощи в природных условиях.	1
7.2	Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях связок.	1
7.3	Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении	1
7.4	Оказание первой медицинской помощи при укусе ядовитой змеи	1
	Обобщающий урок.	1
	Итого:	34 часа