

бюджетное общеобразовательное учреждение
Кирилловского муниципального округа
«Горицкая средняя школа»

Рассмотрено Педагогическим советом №1 от 29.08.2024	СОГЛАСОВАНО Зам. директора по ВР <i>М.А. Алексеева</i> М.А. Алексеева 29.08.2024	УТВЕРЖДЕНО Директор школы <i>Е.А. Кобылова</i> Е.А. Кобылова Приказ № 99-О/Ш от 29.08.2024
---	--	--

**РАБОЧАЯ
ПРОГРАММА**
учебного курса внеурочной
деятельности
«Школа безопасности»
5 класс

Срок реализации программы 1 год

Педагог: Тиханова В.С.

2024 год

Пояснительная записка

Программа по внеурочной деятельности «Школа безопасности» для 5 класса составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный Закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ФГОС основного общего образования;
- Авторская программа по «ОБЖ» А.Т.Смирнова, Б.О. Хренникова.
- Примерная программа для основного общего образования по «Основам безопасности жизнедеятельности»

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.

Жизнь выдвигает на первый план проблемы укрепления физического, духовного и нравственного здоровья подрастающего поколения.

Чем больше подросток получает информации, приобретает практических навыков, чем серьезнее психологическая подготовка к всевозможным социальным и природным катаклизмам, тем выше его эмоционально-волевая устойчивость. Людей, обладающих ею, называют сильными. Сильные люди умеют распорядиться своими знаниями и опытом на пользу себе и окружающим, готовы прийти на помощь другим, решают проблемы гуманными, законными путями.

Программа внеурочной деятельности «Школа безопасности» ориентирована на создание у обучающихся правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации. В содержание курса «Школа безопасности» входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЖ, которые систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в процессе обучения в школе, и способствует у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности.

Цель:

- развитие у обучающихся качеств, обеспечивающих безопасную жизнедеятельность, через познание себя и других;
- формирование готовности обучающихся к отношениям в обществе и преодолению жизненных трудностей, проверка своих сил и возможностей, активное самовоспитание.

Задачи:

Воспитательные: воспитание у обучающихся ответственности за личную безопасность, ответственного отношения к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства.

Развивающие: развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих правильное поведение в экстремальных ситуациях; способствовать развитию лидерских качеств подростков; развитие умений работать в группе, коллективе;

Знания, умения и навыки: получение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях; формирование умений оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья, безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; выработка навыков правильного поведения в экстремальных ситуациях.

Программа рассчитана на обучающихся 5 класса. Срок реализации программы внеурочной деятельности «Школа безопасности» один год.

Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения курса.

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, исключающий употребления 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 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.

Основные принципы реализации программы – научная обоснованность, доступность, учет возрастных особенностей школьников, практическая целесообразность, субъектность, деятельностный и личностный подходы, преемственность.

Целевая аудитория: 6 класс.

Реализация программы опирается на содержание следующих предметов:

- биология;
- физическая культура;
- литература;
- ОБЖ.

Программа предусматривает проведение занятий, работу детей в группах, парах, индивидуальная работа, работа с привлечением родителей. Занятия проводятся 1 раз в неделю в учебном кабинете, библиотеке, спортзале, на пришкольном участке. Деятельность включает проведение экскурсий, лекций, встреч с интересными людьми, соревнований, реализации проектов, и т.д.

Деятельность предусматривает поиск необходимой недостающей информации в энциклопедиях, справочниках, книгах, на электронных носителях, в интернете, СМИ и т.д. Источником нужной информации могут быть взрослые: представители различных профессий, родители, увлеченные люди, а также другие дети.

Формы занятий:

- групповая работа;
- экскурсии;
- беседы;
- викторины;
- коллективные творческие дела;
- трудовые дела.

Формы контроля:

- 1.Наблюдение;
- 2.Тестирование;
- 3.Беседа;
- 4.Проектная деятельность.

Теоретические и практические занятия способствуют развитию устной коммуникативной и речевой компетенции учащихся, умениям:

- вести устный диалог на заданную тему;
- участвовать в обсуждении исследуемого объекта или собранного материала;
- участвовать в работе конференций, чтений.

Содержание программы

Структурно программа состоит из семи разделов.

Раздел 1: Психология поведения людей в экстремальных ситуациях (1 час)

Влияние опасных факторов окружающей среды на психику человека. Условия возникновения стрессового состояния. Влияние стресса на поведение человека. Способы преодоления, стресса. Пути повышения психологической устойчивости человека к деятельности в условиях экстремальных ситуаций.

Психофизические основы саморегуляции. Основные приемы саморегуляции. Идеомоторная тренировка: сущность и содержание. Место идеомоторной тренировки при обучении правилам поведения в жизнеопасных ситуациях.

Волевая саморегуляция (самовнушение): сущность и содержание. Методика обучения приемам саморегуляции. Групповые и самостоятельные тренировки. Индивидуальные словесные формулы самовнушения.

Раздел 2: Топография (4 часа)

Понятие о топографии. Значение топографии в народном хозяйстве и в военном деле. Топографические условные знаки.

Рельеф местности и его изображение на картах. Приборы для ориентирования на местности.

Топографические карты. Определение расстояний на местности и на карте.

Азимут. Определение азимута на местности и на карте. Движение на местности по азимуту.

Ориентирование на местности. Составление картосхем маршрута

Раздел 3: Автономное существование (3 часа)

Понятие об автономном существовании человека. Факторы выживания в условиях автономного существования. Обеспечение выживания в условиях автономного существования.

Оценка ситуации, принятие решения, разработка плана действия. Определение времени дня.

Подача сигналов бедствия.

Оборудование жилища.

Добывание огня и приготовление пищи без кухонной посуды. Питание в условиях автономного существования в различных регионах. Водообеспечение.

Профилактика возможных заболеваний с помощью лекарственных трав.

Раздел 4: Первая медицинская помощь (3 часа)

Виды повязок и способы наложения на верхнюю конечность, на голову, на туловище, на нижнюю конечность. Основные правила оказания первой медицинской помощи при различных видах повреждений. Характеристика различных видов кровотечений. Способы остановки кровотечения. Первая медицинская помощь при переломах. Правила и способы транспортировки пострадавших. Первая медицинская помощь при отравлениях, укусах змей, утоплении, отравлении, потере сознания.

Раздел 5: Туристский маршрут с элементами спасательных работ (3 часа)

Этапы маршрута. Правила соревнований. Способы разведения костра. Способы переправы по бревну с перилами. Способы переправы по болоту. Узлы. Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление носилок. Водный слалом

Раздел 6: Пожарная безопасность (1 час)

Причины возникновения пожаров в бытовых условиях. Действия при возникновении пожара дома.

Подручные средства пожаротушения. Устройство и правила эксплуатации различных видов огнетушителей (пенный, углекислотный, порошковый).

Причины возникновения лесных пожаров, как их избежать. Действия при попадании в зону пожаров в природных условиях.

Раздел 7: Чрезвычайные ситуации природного характера нашего региона, действия в этих ситуациях (1 час)

Описание опасных природных явлений, характерных для нашего региона, правила поведения при попадании в чрезвычайные ситуации природного характера.

Учебно-тематический план

Название темы	Общее кол-во часов	Теоретич. часть (час.)	Практич. часть (час.)
Вводное занятие. Инструктаж.	1	1	-
1. Психология поведения людей в экстремальных ситуациях	1	1	-
Психика человека в экстремальных ситуациях Саморегуляция	1	1	
2. Топография	4		
Понятие о топографии. Значение топографии в нар. хозяйстве и военном деле Топографические условные знаки. Топографические карты.	1	0,5	0,5
Рельеф местности и его изображение на картах Приборы для ориентирования на местности.	1		1
Масштаб. Номенклатура.	1		1
Определение расстояний на местности и на карте Азимут. Определение азимута на местности и на карте. Движение на местности по азимуту			
Ориентирование на местности. Определение сторон горизонта	1		1
3. Автономное существование	3		
Понятие об автономном существовании человека. План действия. Сигналы бедствия. Жилище	1		1
Добывание пищи, воды и огня	1	1	
Лечение заболеваний. Лекарственные растения	1	1	
4. Первая медицинская помощь	3		
Способы наложения повязок.	1	1	
ПМП при ушибах, укусах, ожогах, отравлениях.	1		1

Перелом, виды переломов. ПМП при переломах. ПМП при остановке сердца, при утоплении.	1		1
Туристский маршрут с элементами спасательных работ	3		
Этапы маршрута. Правила соревнований.	1	1	
Способы разведения костра.			
Способы переправы по бревну с перилами. Способы переправы по болоту. Узлы			
	1	0,5	0,5
Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление носилок.	1		1
Водный слалом			
Пожарная безопасность	1	0,5	0,5
Пожар. Средства пожаротушения. Природные пожары	1	0,5	0,5
Чрезвычайные ситуации природного характера нашего региона	1	0,5	0,5
Действия при ЧС природного характера	1	0,5	0,5
Всего	17		

Методическое обеспечение программы

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения.

Для повышения интереса обучающихся к занятиям и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач на уроках рекомендуется применять разнообразные формы и методы их проведения.

Словесные методы создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы позволяют освоить практические навыки и умения.

Дидактические и демонстрационные материалы: для работы имеются учебные приборы и оборудование: компасы, штативы, цветные таблицы и карты.

Список литературы

1. *Волович, В. Г.* Академия выживания / В. Г. Волович. - М.:Толк, 1995.
2. *Волович, В. Г.* Как выжить в экстремальной ситуации / В. Г. Волович. - М: Знание, 1990.
3. *Гостюшин, А. В.* Энциклопедия экстремальных ситуаций / А. В. Гостюшин. - М.: Зеркало, 1994.
4. *Гражданская оборона* / под ред. генерала армии А. Т. Алтунина. -М.: Воениздат, 1982.
5. *Лифлянский, В. Г. и др.* Лечебные свойства пищевых продуктов / В. Г. Лифлянский, В. В. Закревский, М. Н. Андропова.- М.: Терра, 1996.
6. *Поляков, В. В.* Безопасность человека в экстремальных ситуациях / В. В. Поляков, Е. А. Сербаринов. - М, 1992.
7. *Правила поведения и действия населения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах.* -М.: Воениздат, 1990.
8. *Проблемы безопасности при чрезвычайных ситуациях.* - М: ВИМИТ, 1993.
9. *Справочник лекарственных растений.* - М., 1999.
10. *Справочные данные о чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и экологического происхождения.* - Ч. 2. - М.: МЧС, 1995.
11. *Чрезвычайные ситуации и защита от них* / сост. А. Бондаренко. - М., 1998.