

Утверждаю

« Директор МОБУ «Жилинская СОШ»

_____ В.М. Гончаров

Программа
Обще интеллектуальное направление
«Школа безопасности»

Возраст обучающихся: 12-14 лет

Руководитель:

Чернышева Галина Исроиловна
Высшая квалификационная категория

с. Жилинка 2023 г

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| Планируемые результаты освоения учебного предмета..... | 3 |
| Цель и задачи | 4 |
| Содержание учебного предмета..... | 5 |
| Календарно-тематическое планирование..... | 8 |
| Аннотация | 10 |

Планируемые результаты освоения учащимися программы внеурочной деятельности

Первый уровень результатов — приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями (в основном в дополнительном образовании) как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта. Например, в беседе о здоровом образе жизни ребёнок не только воспринимает информацию от педагога, но и невольно сравнивает её с образом самого педагога. Информации будет больше доверия, если сам педагог культивирует здоровый образ жизни.

Второй уровень результатов — получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, т. е. в защищённой, дружественной просоциальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребёнок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Третий уровень результатов — получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии, действии в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, для других, зачастую незнакомых людей, которые вовсе не обязательно положительно к нему настроены, юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Именно в опыте самостоятельного общественного действия приобретается то мужество, та готовность к поступку, без которых немислимо существование гражданина и гражданского общества.

Требования к подготовке учащихся

Обучающийся должен:

1. Знать

- основные опасные ситуации в природных условиях, и правила безопасного поведения в этих ситуациях;
- порядок подготовки к активному отдыху на природе и обеспечения безопасности при автономном пребывании человека в природной среде;
- основные составляющие здоровья человека и факторы, на него влияющие, мероприятия по профилактике вредных привычек;
- приёмы и правила оказания первой медицинской помощи в природных условиях;

2. Уметь:

- соблюдать правила личной безопасности в опасных ситуациях природного характера и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- выполнять общие правила безопасности при активном отдыхе на природе;
- доступно объяснять значение здорового образа жизни для сохранения и укрепления здоровья;

- грамотно оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах, полученных в природных условиях;
- 3. Использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
 - выработки потребности в соблюдении норм здорового образа жизни;
 - невосприимчивости к вредным привычкам;
 - обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
 - безопасного пользования различными бытовыми приборами, инструментами и препаратами бытовой химии в повседневной жизни;
 - подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях (походы выходного дня, ближний, дальний и международный туризм);
 - оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях.

Цели и задачи:

Цель: овладение системой теоретических знаний и умений безопасного поведения в условиях повседневной жизни, чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья

Задачи:

- Формирование у обучающихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, при взаимодействии с транспортной средой, при чрезвычайных ситуациях различного характера.
- Создание и развитие персональной системы здорового образа жизни: значения мышечной активности, спортивного образа жизни, закаливания организма, гигиене питания и профилактики вредных привычек.
- Выработка у обучающихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, ответственности за антиобщественное поведение и участие в антитеррористической деятельности, понимание и осознание мер применяемых за нарушения административного кодекса РФ.

Содержание программы:

Раздел I. Основы комплексной безопасности

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.

Активный отдых на природе и безопасность

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Обеспечение безопасности в пеших 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.

Личностные результаты:

- Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- Усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;

Метапредметные результаты:

- Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- Умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищенности, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действия в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

Предметные результаты:

- Формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- Формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- 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;
- Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- Понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- Формирование установки на здоровый образ жизни, исключающей употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

Раздел 2. Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи.

Здоровье человека и факторы на него влияющие

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.

Здоровье человека. 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.

Личностные результаты:

- Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- Формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- Освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- Формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций

Предметные результаты:

- Знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- Умение оказывать первую помощь пострадавшим;
- Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, полученной из различных источников;
- Умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей

Календарно-тематическое планирование

| № п/п | № урока | Наименование разделов и тем | Количество часов | Дата проведения | |
|-------|----------|---|------------------|-----------------|------------|
| | | | | по плану | фактически |
| | 1 | Раздел 1. Основы комплексной безопасности | 25 | | |
| 1 | 1.1 | Природа и человек. | 1 | 04.09 | |
| 2 | 1.2 | Ориентирование на местности. | 1 | 11.09 | |
| 3 | 1.3 | Определение своего местонахождения и направления движения на местности | 1 | 18.09 | |
| 4 | 1.4 | Подготовка к выходу на природу | 1 | 25.09 | |
| 5 | 1.5 | Определение места для бивака и организация бивачных работ | 1 | 02.10 | |
| 6 | 1.6 | Определение необходимого снаряжения для похода | 1 | 09.10 | |
| 7 | 1.7 | Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе | 1 | 16.10 | |
| 8 | 1.8 | Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности | 1 | 23.10 | |
| 9 | 1.9 | Подготовка и проведение лыжных походов | 1 | 06.11 | |
| 10 | 1.10 | Водные походы и обеспечение безопасности на воде | 1 | 13.11 | |
| 11 | 1.11 | Велосипедные походы и безопасность туристов | 1 | 20.11 | |
| 12 | 1.12 | Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме | 1 | 27.11 | |
| 13 | 1.13 | Акклиматизация человека в различных климатических условиях | 1 | 04.12 | |
| 14 | 1.14 | Акклиматизация человека в горной местности | 1 | 11.12 | |
| 15 | 1.15 | Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта | 1 | 18.12 | |
| 16 | 1.16 | Обеспечение личной безопасности на водным транспортом | 1 | 25.12 | |
| 17 | 1.17 | Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте | 1 | 15.01 | |
| 18 | 1.18 | Автономное существование человека в природе | 1 | 22.01 | |
| 19 | 1.19 | Добровольное пребывание человека в природной среде | 1 | 29.01 | |
| 20 | 1.20 | Вынужденная автономия человека в природной среде | 1 | 05.02 | |
| 21 | 1.21 | Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании | 1 | 12.02 | |
| 22 | 1.22 | Опасные погодные явления | 1 | 19.02 | |

| | | | | | |
|----|----------|--|----------|-------|--|
| 23 | 1.23 | Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях | 1 | 26.02 | |
| 24 | 1.24 | Укусы насекомых и защита от них | 1 | 04.03 | |
| 25 | 1.25 | Клещевой энцефалит и его профилактика | 1 | 11.03 | |
| | 2 | Раздел 2. Основы МЗ и оказание ПМП | 4 | | |
| 26 | 2.1 | Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях | 1 | 18.03 | |
| 27 | 2.2 | Оказание первой помощи при травмах | 1 | 08.04 | |
| 28 | 2.3 | Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге | 1 | 15.04 | |
| 29 | 2.4 | Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых | 1 | 22.04 | |
| | 3 | Раздел 3. Основы здорового образа жизни | 5 | | |
| 30 | 3.1 | Здоровый образ жизни и профилактика утомления | 1 | 26.04 | |
| 31 | 3.2 | Компьютер и его влияние на здоровье | 1 | 06.05 | |
| 32 | 3.3 | Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека | 1 | 10.05 | |
| 33 | 3.4 | Тестирование. Промежуточная аттестация | 1 | 13.05 | |
| 34 | 3.5 | Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека | 1 | 20.05 | |

АННОТАЦИЯ

к дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе
«Школа безопасности» на 2023-2024 учебный год

Программа «Школа безопасности» реализует социальное направление во внешкольной деятельности детей в возрасте от 12 до 14 лет. Безопасность жизни и деятельности – насущная потребность человека. Сохранение здоровья детей и подростков, будущих матерей и отцов, обеспечение достойных условий жизнедеятельности является общегосударственной задачей. Сложившаяся социальная и экологическая обстановка вызывает беспокойство у людей всей планеты. Особую тревогу мы испытываем за наших детей. Задача взрослых (педагогов и родителей) состоит не только в том, чтобы оберегать и защищать ребёнка, но и в том, чтобы подготовить его к встрече с различными сложными, а порой опасными жизненными ситуациями. Правила поведения и меры безопасности непосредственным образом связаны с условиями проживания человека, будь то современный город или сельская местность, привычная домашняя обстановка – каждая среда диктует совершенно различные способы поведения и соответственно меры предосторожности. Поэтому необходимо научить ребёнка адекватно, осознанно действовать в той или иной ситуации, помочь детям овладеть элементарными навыками поведения дома, на улице, в парке, на детской площадке, в транспорте, на природе, развивать у них самостоятельность и ответственность. Особую значимость данная проблема приобретает для детей, находящихся в сложной жизненной ситуации, находящихся на воспитании в государственных учреждениях. Воспитанники таких учреждений часто имеют негативный социальный опыт, ослабленное физическое и психическое здоровье. В своих семьях, оставшись без должного родительского контроля, они часто подвергаются опасности дома, на дорогах, в лесу, а также со стороны родителей и незнакомых людей. Изучение данной проблемы показало, что воспитанники детских социальных учреждений имеют низкий уровень знаний в области безопасности жизнедеятельности. Школьники не имеют чёткого представления об опасных ситуациях, не слышали о природных катастрофах, они не знакомы с правилами поведения в транспорте, имеют весьма расплывчатые представления о том, как вести себя при пожаре, в случае нападения. Необходимо отметить и тот факт, что после прохождения курса реабилитации некоторые из детей вернутся в свои родные семьи, другие будут направлены в детские сиротские учреждения, риск находиться один на один с опасностью остаётся. Эта проблема представляется актуальной, послужила основанием для составления программы по воспитанию безопасного поведения у детей «Школа безопасности». Программа разработана для работы с детьми школьного возраста (12-14 лет) в условиях социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних. Нормативно-правовые

Учебно-методический комплекс:

Для реализации Рабочей программы используется учебно-методический комплект, включающий: школьные учебники для 5,6 классов «Основы безопасности жизнедеятельности» (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под редакцией Смирнова А.Т. Москва. Издательство «Просвещение»), включённых в Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях.

**«Школа безопасности»
Промежуточная аттестация**

| № п/п | Тестовые задания | Макс. балл | Ко-во набранных баллов |
|---|--|---------------|------------------------------|
| Определите один правильный ответ | | | |
| 1 | От какого места начинается дорожное движение для школьника? а) от подъезда дома б) от выхода на тротуар в) от пешеходного перехода г) от выхода со двора | 1 | |
| 2 | Можно ли впускать в квартиру посторонних, если они представляются сотрудниками ремонтной службы, а вы один (одна) дома? а) можно б) нельзя в) можно, если они предупредили по телефону г) можно, если они показали удостоверение | 1 | |
| 3 | Безопасно ли тушить электрические приборы, находящиеся под напряжением? а) да, всегда б) да, если напряжение ниже 220 V в) нет г) да, если напряжение ниже 230 V | 1 | |
| 4 | С какой стороны безопасно обходить трамвай, стоящий на остановке? а) спереди б) сзади в) всё равно г) обход запрещён | 1 | |
| 5 | Где запрещается движение велосипедистам младше 14 лет? а) по пешеходным зонам б) по тротуарам в) по полосе для велосипедистов г) по велодорожкам | 2 | |
| 6 | В какую сторону следует идти, если в метро началась суматоха или вы заметили активное передвижение сотрудников спецслужб в определённом направлении? а) идти в противоположную сторону от сотрудников спецслужб б) идти вместе с сотрудниками спецслужб в) идти в центр зала г) идти к выходу | 1 | |
| 7 | Какая толщина льда обеспечивает человеку безопасность при нахождении на поверхности замёрзшего пресного водоёма? а) не менее 7 см | 1 | |

| | | | |
|---|---|---|--|
| | б) не менее 8 см в) не менее 9 см г) не менее 10 см | | |
| 8 | Какое расстояние от глаз человека до книги является оптимальным с гигиенической точки зрения? а) 10–20 см б) 20–25 см в) 30–35 см г) 45–50 см | 1 | |
| 9 | Что запрещается делать при разведении костра: А) использовать для костра сухостой; Б) разводить костер возле источников воды; В) разводить костер на торфяных болотах. | 1 | |
| 10 | Кровотечение бывает следующих видов: А) венозное, артериальное, капиллярное, паренхиматозное, смешанное; Б) венозное, артериальное, легочное, носовое; В) поверхностное, глубокое, смешанное. | 1 | |
| Определите все правильные ответы | | | |
| 11 | Какие значения имеет зелёный мигающий сигнал светофора для пешехода? а) разрешает движение б) информирует, что время разрешения движения истекает в) информирует, что время запрещения движения истекает г) информирует о наличии нерегулируемого перекрестка д) запрещает движение | 2 | |
| 12 | Укажите направления, угол между которыми является азимутом. а) на юг б) на ориентир в) на север г) на запад д) на световой ориентир | 2 | |
| 13 | Что из указанного относится к признакам сохранения плохой погоды? а) ласточки летают высоко над землёй б) сплошная облачность в) ночью тихо и прохладно г) ласточки летают низко над землёй д) низкое атмосферное давление | 2 | |
| 14 | Какие предметы увеличивают плавучесть человека? а) спасательный круг б) лодка в) спасательный жилет г) плот д) надувной матрас | 2 | |

| | | | |
|----|---|---|--|
| 15 | <p>Что из перечисленного относится к простейшим средствам защиты органов дыхания?</p> <p>а) ПДФ б) Р-2 в) ПТМ-1 г) ГП-7 д) ватно-марлевая повязка</p> | 2 | |
| 16 | <p>Где безопаснее находиться во время землетрясения?</p> <p>а) возле оконного проёма б) в широком коридоре в) в узком коридоре г) в центре комнаты д) в дверном проёме</p> | 2 | |
| 17 | <p>Что входит в состав автомобильной аптечки?</p> <p>А) стерильный и нестерильный бинт; Б) жгут; В) обезболивающее средство; Г) пластырь; Д) ножницы; Е) нож; Ж) влажные салфетки; З) покрывало.</p> | 4 | |
| 18 | <p>Какие из видов закаливания являются местными?</p> <p>а) обливание тела б) обливание стоп в) купание г) обливание кистей д) солнечные ванны</p> | 2 | |
| 19 | <p>Перечислите основные правила поведения при землетрясении в здании</p> <p>А) соблюдать спокойствие; Б) защищать органы дыхания; В) закрыть все двери в здании; Г) залезть под крепкий стол, встать вблизи несущих стен или колонн, если таковые есть. Д) как только закончится первая серия толчков землетрясения, то взять с собой вещи первой необходимости, ценности и немедленно выбежать на улицу; Е) включить свет, радио, телевизор; Ж) встать в дверной проем.</p> | 3 | |
| 20 | <p>Приметами хоженной тропы могут быть:</p> <p>А) высокая трава, растущие грибы и ягоды; Б) примятая трава, следы деятельности человека (остатки пищи, бумажки, обертка от продуктов и т. д.); В) сломанные ветки, следы от транспорта; Г) наличие следов птиц и зверей.</p> | 2 | |

Тестовые задания
(максимально возможное количество баллов – 33)

| | | | | | | | | | | |
|------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| № вопроса | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Ответ | а | б | в | а | в | а | г | в | в | а |
| № вопроса | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| Ответ | аб | бв | бд | ав | вд | вд | абгд | бг | агд | бг |

Критерии оценки

30 -33 баллов – «высший уровень»;

24 - 29 баллов – «средний уровень»

18 - 23 баллов – «низкий уровень»