

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 50**

**«Рассмотрено»**

Руководитель МО

Коростелева Н.И.

Протокол № 1

от «28» 08 2019 г.

**«Согласовано»**

Заместитель директора по ВР

МОУ СОШ № 50

Одинец А.В.

от «28» 08 2019 г.

**«Утверждаю»**

Директор МОУ СОШ № 50

Бензар И.Г.

Приказ № 1

от «28» 08 2019 г.



**Рабочая программа по внеурочной деятельности**

**«Школа безопасности»**

**Ступень обучения, класс: 5-7, основное общее**

**Количество часов: 105 ч.**

Рабочая программа учебного предмета «Школа безопасности» для 5-7 классов составлена на основе примерной программы, рекомендованной Управлением развития общего среднего образования Министерства образования Российской Федерации.

Автор-составитель:

Одинец Анна Владимировна

Принята решением  
педагогического совета

протокол № 1

от «28» 08 2019 г.

г. Комсомольск-на-Амуре, 2019

## Планируемые результаты освоения курса

Личностные	Метапредметные	Предметные
<ul style="list-style-type: none"> <li>• развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;</li> <li>• формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;</li> <li>• воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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;</li> <li>• 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;</li> <li>• формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;</li> <li>• приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;</li> <li>• развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;</li> <li>• освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;</li> <li>• формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;</li> <li>• понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;</li> <li>• 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;</li> <li>• формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребления алкоголя, наркотиков, курения и нанесения иного вреда здоровью;</li> <li>• формирование экстремистской и антитеррористической личностной позиции;</li> <li>• понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;</li> <li>• знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;</li> <li>• знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>• умения оказывать первую медицинскую помощь;</li> <li>• умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их</li> </ul>



	<p>роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• формирование духовно-нравственных качеств учащихся для снижения опасности быть вовлеченным в экстремистскую и террористическую деятельность.</li></ul>	<p>появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 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;</li><li>• умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.</li></ul>
--	---	--

## Содержание курса внеурочной деятельности « Школа безопасности» 5 класс

Структурно программа состоит из шести разделов:

### 1 Опасные ситуации природного характера.

Погода и её основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололёд, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений. Водоёмы в черте города. Состояние водоёмов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоёмах в различное время года.

### 2 Опасные ситуации техногенного характера.

«Основные правила пожарной безопасности». Пожар в жилище и причины 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 бытовыми приборами, бытовым газом, средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

### 3 Опасные ситуации социального характера.

«Правила безопасного поведения в школе и дома» Криминальные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминальной ситуации. Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминальных 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 опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и зоны повышенной опасности). Умение соблюдать правила безопасности в общественных местах, в толпе, в школе.

### 4 Дорожно-транспортная безопасность

Дорога и участники дорожного движения Азбука дорожной безопасности. История колеса и дорог. История появления автомобиля. Краткая характеристика видов современного транспорта. Городская дорога, улица, загородная дорога, автомагистраль. Участники дорожного движения. Правила поведения участников дорожного движения. ПДД. Общие положения. Некоторые термины. Основные правила безопасного поведения при пользовании транспортными средствами. Дорожные знаки. ДТП. Причины их возникновения и возможные последствия.

## **5 Подготовка к активному отдыху на природе**

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 места нахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту.

## **6 Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.**

Первая помощь при травмах. Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении. Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом. Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос. Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек.



### Календарно – тематический план 5 класс

Дата		Раздел	Тема урока	Всего часов
План	Факт			
		<b>1 Опасные ситуации природного характера.</b>	Погода и её основные показатели.	1
			Опасные природные явления (гроза, гололёд, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений.	1
			Водоёмы в черте города. Меры безопасного поведения на водоёмах в различное время года.	1
		<b>2 Опасные ситуации техногенного характера</b>	Пожар в жилище и причины его возникновения	1
			Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище.	1
			Личная безопасность при пожаре	1
			Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни.	1
			Общие правила безопасного поведения в быту	1
			Безопасное обращение с бытовыми приборами, бытовым газом, средствами бытовой химии.	1
			Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером.	1
			Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом	1
		<b>3 Опасные ситуации социального характера</b>	«Правила безопасного поведения в школе и дома» Криминальные ситуации в городе.	1
			Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминальной ситуации	1
			Общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминальных ситуаций.	1

			Безопасность у телефона. Воры в квартире.	1
			Нападение в подъезде дома. Нападение в лифте.	1
			Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей.	1
			Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и зоны повышенной опасности).	1
			Умение соблюдать правила безопасности в общественных местах, в толпе, в школе.	1
		<b>4</b>	<b>Дорожно-транспортная безопасность</b>	
			Дорога и участники дорожного движения Азбука дорожной безопасности	1
			История появления автомобиля. История колеса и дорог.	1
			Краткая характеристика видов современного транспорта	1
			Городская дорога, улица, загородная дорога, автомагистраль	1
			Участники дорожного движения. Правила поведения участников дорожного движения.	1
			Основные правила безопасного поведения при пользовании транспортными средствами	1
			Дорожные знаки.	1
			ДТП. Причины их возникновения и возможные последствия.	1
		<b>5</b>	<b>Подготовка к активному отдыху на природе</b>	
			Животные вокруг нас. В лес по грибы и ягоды.	1
			Если заблудился в лесу. Ориентирование на местности. Способы	1

			определения сторон горизонта.	
		<b>6 Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.</b>	Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении.	1
			Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом.	1
			Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос.	1
			Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек.	1
			Первая помощь при травмах.	1
			Итоговое занятие	1
			<b>Итого часов:</b>	



## Содержание программы 6 класс

### 1. Основы комплексной безопасности

Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту. Основные причины возрастания потребности современного человека в общении с природой; особенности поведения человека в природной среде для обеспечения личной безопасности; активный туризм – наиболее эффективный способ общения человека с природой.

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила Безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях..

### 2 Безопасность на водоёмах.

Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, буря, ураган, сели, оползни, обвалы). Чрезвычайные ситуации техногенного характера (радиационно опасные объекты, пожаровзрывоопасный объект, химически опасный объект)

Опасные ситуации социального характера

### 3 Опасные ситуации социального характера.

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте. Профилактика нападений и самозащита при нападении насильников и хулиганов. Самооценка поведения. Психологические приёмы самозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников.

### 4 Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.

Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении заложников сотрудниками спецслужб. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

### **5. Основы здорового образа жизни**

Раскрыть понятие “здорового образа жизни”, его составляющих, раскрыть значение культуры здорового образа жизни для сохранения твоего здоровья и здоровья окружающих людей, опасность вредных привычек для твоего организма и организма близких тебе людей. Раскрыть значение питания в жизнедеятельности организма, сформировать представление о гигиене питания, о необходимости правильной обработки пищи, как необходимое условие не только сохранения витаминов и других полезных веществ, но защита организма от паразитических червей, научиться составлять меню с учетом требований рационального питания и правильного распределения кол-ва пищи в течение дня. Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.



## Календарно тематический план «Школа безопасности» 6 класс

Дата		Раздел	Тема урока	Всего часов	
План	Факт				
		<b>1 Основы комплексной безопасности</b>	Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека	1	
			Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения.	1	
			Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище.	1	
			Соблюдение мер безопасности в быту.	1	
			Особенности поведения человека в природной среде для обеспечения личной безопасности	1	
			Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия	1	
			Организация дорожного движения.	1	
			Правила Безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров	1	
			Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста	1	
			Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, буря, ураган, сели, оползни, обвалы).	1	
			Чрезвычайные ситуации техногенного характера (радиационно опасные объекты, пожаровзрывоопасный объект, химически опасный объект	1	
			<b>2 Безопасность на водоёмах.</b>	Особенности состояния водоёмов в различное время года	1
				Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах.	1
		Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде.		1	
		Опасность водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду.		1	
		Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.		1	
		<b>3 Опасные ситуации социального характера</b>	Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения	1	
			Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте	1	



			Профилактика нападений и самозащита при нападении насильников и хулиганов	2
			Психологические приёмы самозащиты.	1
			Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников.	1
		<b>4 Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.</b>	Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства.	1
			Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника	1
			Меры безопасности при освобождении заложников сотрудниками спецслужб	1
			Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности	1
		<b>5 Основы здорового образа жизни</b>	Понятие «Здоровый образ жизни»	1
			Значение питания в жизнедеятельности организма	1
			Гигиена питания	1
			Составление полезного рациона еды	2
			Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье.	1
			Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей	1
			Алкоголь и его влияние на здоровье подростка.	1
			Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.	1
		<b>Итого часов:</b>		<b>35</b>

## Содержание программы 7 класс

Структурно программа состоит из шести разделов.

### **Раздел 1: Психология поведения людей в экстремальных ситуациях (7 часов)**

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: Пожарная безопасность (2 часа)**

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 3: Автономное существование (7 часов)**

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: Туристский маршрут с элементами спасательных работ (4 часов)**

### **Раздел 5: Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (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.

**6 Основы здорового образа жизни (12 часов)** Распорядок дня – основа ЗОЖ. Организация сна и отдыха . Закаливание . Правильное питание для здорового роста организма человека. Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье.



### Календарно-тематический план 7 класс

Дата		Раздел	Тема урока	Всего часов
План	Факт			
		<b>1 Психология поведения людей в экстремальных ситуациях</b>	Психика человека в экстремальных ситуациях.	1
			Влияние стресса на поведение человека.	1
			Способы преодоления, стресса.	1
			Саморегуляция.	1
			Действия человека, оказавшегося в заложниках	1
			Действия при встрече с бандитами	1
			Действия при ЧС природного характера	1
		<b>2 Пожарная безопасность</b>	Пожар. Средства пожаротушения. Природные пожары	2
		<b>3 Автономное существование</b>	Понятие об автономном существовании человека. План действия. Сигналы бедствия. Жилище	3
			Добывание пищи, воды и огня	2
			Лечение заболеваний. Лекарственные растения	2
		<b>4 Туристский маршрут с элементами спасательных работ</b>	Этапы маршрута.	2
			Способы переправы по бревну с перилами. Способы переправы по болоту	1
			Способы транспортировки пострадавшего. Изготовление носилок.	1
		<b>5 Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</b>	Способы наложения повязок.	1
			ПМП при ушибах, укусах, ожогах, отравлениях.	1
			Перелом, виды переломов. ПМП при переломах. ПМП при остановке сердца, при утоплении.	1
		<b>6 Основы здорового образа жизни</b>	Распорядок дня – основа ЗОЖ. Организация сна и отдыха.	2
			Закаливание	1
			Правильное питание для здорового роста организма человека	2
			Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье	1

			Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей	2
			Алкоголь и его влияние на здоровье подростка.	2
			Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.	2
		<b>Итого часов:</b>		35