

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ № 2»  
Г. ЯСНОГОРСКА ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по ВР  
Мартынова Т. В. Мартынова



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ «ЦО № 2» г. Ясногорска  
Трофимова Н. В. Трофимова  
Приказ № 286 от 03.09.2018 г.

**Рабочая программа внеурочной деятельности  
«Школа безопасности»**

Направленность: социальное  
Срок реализации 1 год

Принято на заседании педагогического совета  
Протокол № 1 от 30.08.18 г.

Разработчик программы  
Есин Ф. И., педагог дополнительного образования

г. Ясногорск  
2018 г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности кружка «Школа безопасности» для 6- 7х классов составлена на основе комплексной программы «Программы общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности 5-11 классы» для учителей общеобразовательных учреждений, под общей редакцией Латчук А.Н. « Просвещение», 2014год.

Программа выполняет две основные функции:

1. Информационно-методическая функция позволяет всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития, учащихся средствами данного учебного предмета.
2. Организационно-планирующая функция предусматривает выделение этапов обучения, структурирование учебного материала по учебным модулям, разделам и темам с учетом межпредметных и внутри предметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей обучающихся.

Цель программы:

- Познакомить обучающихся с опасностями, которые могут произойти с человеком в жилище, транспорте, на дороге.
- Учить безопасному поведению в доме, общественных местах, правильным действиям при возникновении ЧС.
- Воспитывать ответственность за свои поступки, личное имущество, заботу о своем здоровье, способность прийти на помощь.

Задачи программы:

В ходе изучения курса, обучающиеся получают знания о здоровом образе жизни, о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, их последствиях и мероприятиях, проводимых государством по защите населения.

Образовательные:

- способствовать формированию знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;

Воспитательные:

- воспитать у обучаемых чувство ответственности за личную безопасность, безопасность общества; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности и общества;

Развивающие:

- развивать духовные и физические качества личности, обеспечивающие безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера в современных условиях жизнедеятельности; потребности ведения здорового образа жизни;

Актуальность программы в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

Новизна программы «Школа безопасности» в том, что она учитывает специфику внеурочной деятельности и охватывает значительно больше желающих заниматься этим курсом, предъявляя посильные требования в процессе обучения.

Метапредметные связи содержания программы прослеживаются через:

- 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 изучаемые в курсе ОБЖ;

- 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 вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
- Занятия внеурочной деятельности проходят в форме урока-беседы, экскурсии, практических занятий, просмотры тематических видеосюжетов, викторины, конкурсы, встречи с сотрудниками служб безопасности района.

Программа внеурочной деятельности «Школа безопасности» рассчитана на 34 часа в год из расчета 1 час в неделю для учащихся 6-х классов.

### **Содержание курса**

#### 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 само регуляции. Идеомоторная тренировка: сущность и содержание. Место идеомоторной тренировки при обучении правилам поведения в жизни опасных ситуациях. Волевая само регуляция (самовнушение): сущность и содержание. Методика обучения приемам само регуляции. Групповые и самостоятельные тренировки. Индивидуальные словесные формулы самовнушения.

#### Раздел 2: Ориентирование

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

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. Вода - обеспечение. Профилактика возможных заболеваний с помощью лекарственных трав

#### Раздел 4: Основы медицинских знаний

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.

### Предполагаемая результативность курса

В результате изучения курса «Школа безопасности» учащийся должен:

- знать:
  - 1) правила выживания в условиях автономии;
  - 2) правила выживания при ЧС;
- уметь:
  - 3) действовать при возникновении ЧС;
  - 4) действовать в условиях автономии;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности:
  - 5) для избегания попадания в стрессовые ситуации;
  - 6) правильных действий при попадании в ЧС

### Информационно-методическое обеспечение

1. А.Г. Маслов, В.В. Марков, В.Н. Латчук «Основы безопасности жизнедеятельности»: учебник для учащихся 5- 9 классов ОУ. Издательство М., «Дрофа», 2012.

2. ОБЖ: 5 - 9-й кл: учебник для ОУ/ М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др./под ред. Ю.Л. Воробьева/ М.: АСТ: Астрель, 2007 г.

3. ОБЖ, 5-8 кл. Школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками /авт-сост. Г.П. Попова. Волгоград: Учитель, 2005

4. ОБЖ. 5 – 11 классы. Электронная библиотека наглядных пособий / Министерство образования Российской Федерации, 2003 // ООО «Кирилл и Мефодий», 2003.

5. Программы общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности» комплексная программа 5 – 11 классы Под общей редакцией В.Н. Латчук., М., «Дрофа» 2015 год

Список литературы для учащихся

1. «Основы безопасности жизнедеятельности»: учебник для учащихся 5- 9 классов ОУ. Издательство М., «Дрофа», 2012

2. ОБЖ, 5-8 кл. Школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками /авт-сост. Г.П. Попова: Учитель, 2005

3. ОБЖ. 5 – 11 классы. Электронная библиотека наглядных пособий / Министерство образования Российской Федерации, 2003 // ООО «Кирилл и Мефодий», 2003.

Для успешной реализации программы необходимо следующее оборудование и материалы:  
-желательно наличие:

- игровой комнаты;
- прогулочной площадки;
- учебного кабинета, оборудованного аудио и видео аппаратурой и ПК;
- спортивного и игрового инвентаря;
- аудио и видео диски соответствующей тематики;
- детские энциклопедии;
- возможно использование рабочих тетрадей, цветные карандаши, ручки.

### Календарно-тематическое планирование 7 класс

№ п/п	Разделы и темы программы	Количество часов	
		теоретические знания	практическая деятельность
1.	Раздел 1: «Экстремальные ситуации»		

	<b>(4 часа)</b>		
1.1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	
1.2.	Экстремальные ситуации природного и техногенного характера .	1	
1.3.	Профессии, связанные с деятельностью на производстве.	1	
1.4.	Способы защиты от воздействия внешних факторов на организм.	1	
2.	<b>Раздел 2: «Автономное существование и выживание» (5 часов)</b>		
2.1.	Вынужденное одиночество. Условия и способы автономного выживания.	3	2
2.2.	Как подать сигнал бедствия.	1	
2.3.	Способы самостоятельного создания укрытия	1	2
3.	<b>Раздел 3: «Ориентирование» (16 часов)</b>	8	8
3.1.	Компас	1	1
3.2.	Ориентирование по солнцу и звездам.	1	1
3.3.	Определение сторон горизонта по растениям.	1	1
3.4.	Ориентирование по звуку.	1	1
3.5.	Ориентирование по следам.	1	1
3.6.	Ориентирование в лесу.	1	1
3.7.	Понятие о топографии.	1	1
3.8.	Азимут. Определение азимута на местности и на карте.	1	1

4.	<b>Раздел 4: : «Основы медицинских знаний» (8 часов)</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
4.1	Открытые переломы. Способы оказания помощи и транспортировки пострадавшего.	1	2
4.2	Наложение давящих повязок.	1	2
4.3	Помощь при отравлениях и укусах на производстве.	1	
4.4.	Животный и растительный мир, представляющий опасность для человека.	1	
5.	<b>Итоговое тестирование (1 час)</b>	<b>1</b>	
5.1.	Зачет по основам безопасности	1	
<b>ИТОГО: 34 часа</b>	<b>20</b>	<b>14</b>	

#### Тематическое планирование 8 класс

№ п/п	Разделы и темы программы	Количество часов	
		теоретические знания	практическая деятельность
1.	<b>Раздел 1: «Экстремальные ситуации» (2 часа)</b>		
1.1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	
1.2.	Экстремальные ситуации техногенного, природного и социального характера.	1	
2.	<b>Раздел 2: «Автономное существование и выживание» (4 часа)</b>	1	
2.1.	Способы автономного выживания в экстремальных условиях.	3	1
2.2.	Подача сигналов бедствия.	1	
2.3.	Организация укрытий для выживания в	1	1

	экстремальных условиях.		
<b>3.</b>	<b>Раздел 3: «Ориентирование» 18 (ч)</b>	9	9
<b>3.1.</b>	Компас и все что позволяет ориентироваться на местности.	1	1
<b>3.2.</b>	Ориентирование на местности по солнцу и звездам.	1	1
<b>3.3.</b>	Определение сторон горизонта на местности по растениям.	1	1
<b>3.4.</b>	Ориентирование на местности по звуку.	1	1
<b>3.5.</b>	Ориентирование на местности по следам.	1	1
<b>3.6.</b>	Ориентирование на местности в лесу.	1	1
<b>3.7.</b>	Понятие о топографии.	1	1
<b>3.8.</b>	Азимут. Определение азимута на местности и на карте.	1	1
<b>3.9.</b>	Составление картосхем маршрута.	1	1
<b>4.</b>	<b>Раздел 4: «Основы медицинских знаний» (9 часов)</b>	5	4
<b>4.1</b>	Виды кровотечений.	1	2
<b>4.2</b>	Наложение повязок, жгутов.	1	2
<b>4.3</b>	Помощь при отравлениях и укусах в полевых условиях.	1	
<b>4.4.</b>	Животный и растительный мир Челябинской области, представляющий опасность для человека.	1	
<b>4.5.</b>	Остановка кровотечений в полевых условиях.	1	
<b>5.</b>	<b>Итоговое тестирование (1 час)</b>	1	
<b>5.1.</b>	Зачет по основам безопасности	1	
<b>ИТОГО: 34 часа</b>		<b>20</b>	<b>14</b>