

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение.
« Каракудукская СОШ»

РАСМОТРЕНО Зам.директора по ВР О.И.Шайковская <i>шай</i> Протокол № 1 от 29.08.2022.	СОГЛАСОВАНО Зам.директора по УВР Кариева А.Т. <i>Кариева</i> Протокол №	УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ " Каракудукская СОШ" Лаворенко М.В. <i>Лаворенко</i> Приказ №
---	--	--

Программа
Внеурочной деятельности
«Школа безопасности»
5-6 класс

Учитель физической культуры:
А.В.Склярова

2022 г.

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Школа безопасности», составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, основной образовательной программы основного общего образования, авторской программы Л.П.Анастасовой, П.В.Ижевского, Н.В. Ивановой

Место учебного курса внеурочной деятельности «Школа безопасности», в плане внеурочной деятельности 5-6 класс - 34 часа, 1 час в неделю

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Раздел 1. Основы здорового образа жизни

Выпускник научится:

- Характеризовать здоровый образ жизни и его основные составляющие как индивидуальную систему поведения человека в повседневной жизни, обеспечивающую совершенствование его духовных и физических качеств; использовать знания о здоровье и здоровом образе жизни как средство физического совершенствования.
- Анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья;
- Классифицировать знания об основных факторах, разрушающих здоровье; характеризовать факторы, потенциально опасные для здоровья (вредные привычки.), и их возможные последствия.

Выпускник получит возможность научиться:

- Использовать здоровьесберегающие технологии для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Выпускник научится:

- Характеризовать наличие повреждения и травмы, наиболее часто встречающиеся в быту, и их возможные последствия для здоровья;
- Анализировать возможные последствия неотложных состояний в случаях, если не будет своевременно оказана первая помощь;
- Характеризовать предназначение первой помощи пострадавшим; классифицировать средства, используемые при оказании первой помощи; соблюдать последовательность действий при оказании первой помощи при различных повреждениях, травмах, наиболее часто встречающихся в быту; определять последовательность оказания первой помощи и различать ее средства в конкретных ситуациях;
- Анализировать причины массовых поражений в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и систему мер по защите населения в условиях чрезвычайных ситуаций и минимизации массовых повреждений; выполнять в паре/втроем приемы оказания само – и взаимопомощи в зоне массовых поражений.

Выпускник получит возможность научиться:

Готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само – и взаимопомощи при наиболее часто встречающихся в быту повреждениях и травмах

Раздел 3. Безопасное поведение в быту

Выпускник научится:

- Классифицировать и описывать потенциально опасные бытовые ситуации
- Анализировать и характеризовать причины возникновения различных опасных ситуаций в повседневной жизни и их последствия, в том числе возможные причины и последствия

пожаров, дорожно – транспортных происшествий. Загрязнения окружающей природной среды, чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера;

- Выявлять и характеризовать роль и влияние человеческого фактора в возникновении опасных ситуаций, обосновывать необходимость повышения уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны в современных условиях;
- Формировать модель личного безопасного поведения по соблюдению правил пожарной безопасности в повседневной жизни; по поведению на дорогах в качестве пешехода, пассажира и водителя велосипеда, по минимизации отрицательного влияния на здоровье неблагоприятной окружающей среды;

Выпускник получит возможность научиться:

- Прогнозировать возможность возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций по их характерным признакам;
- Характеризовать роль образования в системе формирования современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности у населения страны; проектировать план по повышению индивидуального уровня культуры безопасности жизнедеятельности для защищенности личных жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз.

Содержание курса внеурочной деятельности

Раздел 1. Основы здорового образа жизни (7 часов)

Беседа. Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни» Понятие здоровья. Факторы, влияющие на него.

Беседа. Основы здорового образа жизни и безопасность человека. Режим дня. Здоровое питание.

Беседа с игровыми элементами Профилактика переедания, пищевых отравлений.

Беседа. Инфекционные болезни. Пути передачи инфекционных заболеваний. Профилактика инфекционных заболеваний.

Беседа с игровыми элементами. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

Занятие – путешествие. Курение и его влияние на состояние здоровья.

Беседа. Алкоголь и его влияние на умственную и физическую работоспособность человека.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (10 часов)

Беседа. Основные виды травм у детей младшего школьного возраста, первая медицинская помощь.

Беседа Переломы, вывихи и растяжения связок.

Игровой практикум. Когда следует вызывать «скорую помощь» и каков порядок ее вызова.

Практикум. Кровотечение, первая медицинская помощь.

Практикум с элементами беседы. Ушибы, сотрясение мозга, попадание инородных тел в глаз, ухо, нос, первая медицинская помощь

Беседа. Первая медицинская помощь при укусах насекомых, собак, кошек.

Игровой практикум. Кровотечение из носа, оказание первой медицинской помощи.

Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи Первая медицинская помощь при наружном кровотечении. Правила обработки ран. Перевязка ран.

Беседа. Оказание первой медицинской помощи при ожогах и обморожении.

Беседа с игровыми элементами .Оказание первой медицинской помощи при отравлениях.

Беседа. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата (при травме кистей рук, бедра, колена). Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся

Раздел 3. Безопасное поведение в быту (17 часов)

Беседа. Безопасность пешеходов при движении по дорогам

Беседа. Элементы дорог. Дорожная разметка

Беседа с игровыми элементами. Правила перехода дорог. Перекрестки

Беседа. Соблюдение правил движения велосипедистами.

Беседа. Причины дорожно-транспортного травматизма

Беседа. Государственная инспекция безопасности дорожного движения

Беседа. Железнодорожный транспорт, его особенности, безопасное поведение при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажира

Беседа. Ориентирование на местности. Понятие ориентира

Практикум Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, часам и местным предметам

Беседа. Безопасная переправа через водную преграду.

Практикум. Умение вязать узлы

Беседа. Костер. Меры пожарной безопасности при разведении костра

Беседа Основные правила поведения на воде, при купании, отдыхе у реки

Календарно – тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Школа безопасности»

№ п/п	Тема раздела, занятия	Кол-во часов	Дата		Примечание
			по плану	фактическая	
	Основы здорового образа жизни (7 ч.)				
1	Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни». Факторы влияющие на здоровье	1			
2	Основы здорового образа жизни и безопасность человека. Режим дня. Здоровое питание	1			
3	Профилактика переедания, пищевых отравлений.	1			
4	Инфекционные болезни. Пути передачи инфекционных заболеваний	1			
5	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек	1			
6	Курение и его влияние на состояние здоровья	1			
7	Алкоголь и его влияние на умственную и физическую работоспособность человека	1			
	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (10 часов)				
8	Основные виды травм у детей младшего школьного возраста, первая медицинская помощь	1			
9	Переломы, вывихи и растяжения связок	1			
10	Когда следует вызывать «скорую помощь» и каков порядок ее вызова	1			
11	Кровотечение, первая медицинская помощь	1			
12	Ушибы, сотрясение мозга, попадание инородных тел в глаз, ухо, нос, первая медицинская помощь	1			

13	Первая медицинская помощь при укусах насекомых, собак, кошек.	1			
14	Первая медицинская помощь при наружном кровотечении. Правила обработки ран. Перевязка ран	1			
15	Оказание первой медицинской помощи при ожогах и обморожении	1			
16	Оказание первой медицинской помощи при отравлении	1			
17	Первая медицинская помощь при травмах опорно двигательного аппарата	1			
	Безопасное поведение в быту (17 часов)				
18	Безопасность пешеходов при движении по дорогам	1			
19	Элементы дорог. Дорожная разметка	1			
20	Правила перехода дорог. Перекрестки	1			
21	Соблюдение правил движения велосипедистами.	1			
22	Причины дорожно-транспортного травматизма	1			
23	Государственная инспекция безопасности дорожного движения	1			
24	Железнодорожный транспорт, его особенности, безопасное поведение при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажира	1			
25	Ориентирование на местности. Понятие ориентира	1			
26-27	Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, часам и местным предметам	2			
28	Безопасная переправа через водную преграду.	1			
29-30	Умение вязать узлы	2			
31	Костер. Меры пожарной безопасности при разведении костра	1			
32-33	Основные правила поведения на воде, при купании, отдыхе у реки	2			
34	Итоговое занятие	1			

Результаты освоения курса внеурочной деятельности (6 класс)

Результаты по 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 примерной 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 учебного курса «Школа безопасности» ученик должен:

Раздел 1. Основы комплексной безопасности

Выпускник научится:

- Классифицировать и описывать потенциально опасные бытовые ситуации и объекты экономики, расположенные в районе проживания; чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, наиболее вероятные для региона проживания;
- Анализировать и характеризовать причины возникновения различных опасных ситуаций в повседневной жизни и их последствия, в том числе возможные причины и последствия

пожаров, дорожно – транспортных происшествий. Загрязнения окружающей природной среды, чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера;

- Выявлять и характеризовать роль и влияние человеческого фактора в возникновении опасных ситуаций, обосновывать необходимость повышения уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны в современных условиях;
- Формировать модель личного безопасного поведения по соблюдению правил пожарной безопасности в повседневной жизни; по поведению на дорогах в качестве пешехода, пассажира и водителя велосипеда, по минимизации отрицательного влияния на здоровье неблагоприятной окружающей среды;
- Разрабатывать план самостоятельной подготовки к активному отдыху на природе и обеспечения в условиях чрезвычайной ситуации с учетом особенностей обстановки в регионе;
- Руководствоваться рекомендациями специалистов в области безопасности по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

Выпускник получит возможность научиться:

- Систематизировать основные положения нормативно – правовых актов РФ в области безопасности и обосновывать их значение для обеспечения национальной безопасности России в современном мире; раскрывать на примерах влияние последствий чрезвычайной ситуации природного и техногенного характера на национальную безопасность РФ;
- Прогнозировать возможность возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций по их характерным признакам;
- Характеризовать роль образования в системе формирования современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности у населения страны; проектировать план по повышению индивидуального уровня культуры безопасности жизнедеятельности для защищенности личных жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз.

Содержание программы:

Раздел 1. Основы комплексной безопасности

Беседа. Ориентирование на местности

Практическое занятие. Определение своего места нахождения и направления движения на местности

Беседа. Подготовка к выходу на природу

Беседа. Определение необходимого снаряжения для похода

Лекция. Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе

Беседа. Подготовка и проведение пеших походов

Беседа. Подготовка и проведение лыжных походов

Беседа. Водные походы и обеспечение безопасности на воде

Беседа. Велосипедные походы и безопасность туристов

Лекция. Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем (внутреннем) и выездном туризме

Беседа. Акклиматизация человека в различных климатических условиях

Беседа. Акклиматизация человека в горной местности

Беседа. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта

Беседа. Обеспечение личной безопасности на водном транспорте

Беседа. Обеспечение личной безопасности на водном транспорте

Лекция. Автономное существование человека в природе

Беседа. Добровольная автономия человека в природной среде

Беседа. Вынужденная автономия человека в природной среде

Беседа. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании

Раздел 2. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни.

Беседа. Опасные погодные явления

Беседа. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях

Беседа на основе просмотренного видеофильма. Укусы насекомых и защита от них

Беседа. Клещевой энцефалит и его профилактика

3. Основы здорового образа жизни

Беседа. Здоровый образ жизни и профилактика утомления

Беседа. Компьютер и его влияние на здоровье

Беседа. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека

Беседа. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека

Беседа. Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека

4. Основы медицинских знаний

Беседа. Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях

Беседа. Оказание первой помощи при травмах

Игровой практикум. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге

Беседа. Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых

Календарно – тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Школа безопасности»

№ п/п	Тема раздела, занятия	Кол-во часов	Дата		Примечание
			по плану	фактическая	
Основы комплексной безопасности - 20 ч.					
	Тема 1 Активный отдых на природе и безопасность				
1	Ориентирование на местности	1			
2	Определение своего места нахождения и направления движения на местности	1			
3	Подготовка к выходу на природу	1			
4	Определение места для бивака и организация бивачных работ	1			
5	Определение необходимого снаряжения для похода	1			
6	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе	1			
7	Подготовка и проведение пеших походов	1			
8	Подготовка и проведение лыжных походов	1			
9	Водные походы и обеспечение безопасности на воде	1			

10	Велосипедные походы и безопасность туристов	1			
	Тема 2 Выездной туризм и меры безопасности				
11	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем (внутреннем) и выездном туризме	1			
12	Акклиматизация человека в различных климатических условиях	1			
13	Акклиматизация человека в горной местности	1			
14	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта	1			
15	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте	1			
16	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте	1			
	Тема 3. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде				
17	Автономное существование человека в природе	1			
18	Добровольная автономия человека в природной среде	1			
19	Вынужденная автономия человека в природной среде	1			
20	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	1			
Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни 4 ч.					
21	Опасные погодные явления	1			
22	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях	1			
23	Укусы насекомых и защита от них	1			
24	Клещевой энцефалит и его профилактика	1			
Основы здорового образа жизни – 5ч.					
25	Здоровый образ жизни и профилактика утомления	1			
26	Компьютер и его влияние на здоровье	1			
27	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1			
28	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	1			
29	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека	1			
Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи -5ч					
30	Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях	1			
31	Оказание первой помощи при травмах	1			
32	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге	1			
33	Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых	1			
34	Итоговое занятие	1			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 575513511485277002546729800540994211588910956536

Владелец Лаворенко Мария Владимировна

Действителен с 27.12.2022 по 27.12.2023