

Управление образования администрации
Старооскольского городского округа Белгородской области

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СТАРООСКОЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»
(МБУ ДПО «СОИРО»)

РАССМОТРЕНО
муниципальным экспертным советом
управления образования
администрации Старооскольского
городского округа
Протокол от «23» декабря 2015 г. №4

**ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Формирование навыков безопасного поведения»**

Срок реализации: 7 лет

Возраст учащихся: 10 – 17 лет

Авторы: Рыбальченко Н.В., начальник отдела
МСВСиДО МБУ ДПО «СОИРО»,
Босенко Е.Б., преподаватель-организатор
ОБЖ МБОУ «ОК «Лицей №3»

Рецензенты: Котов В.А., преподаватель-организатор
ОБЖ МАОУ «СОШ №40»,
Насонова И.В., начальник отдела МСОО
МБУ ДПО «СОИРО»

Старый Оскол
2015

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности социального направления для учащихся 5 – 11 классов «Формирование навыков безопасного поведения» (далее – программа) разработана в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов общего образования.

В настоящее время все очевиднее становится тот факт, что простой совокупности знаний недостаточно для того, чтобы снизить вероятность возможных рисков от чрезвычайных ситуаций. Свидетельством этому являются события последних лет – падение челябинского метеорита, наводнения на Дальнем Востоке, лесные пожары во многих регионах нашей страны и, конечно, возросший уровень детского дорожно-транспортного травматизма и социальных опасностей. В связи с этим необходимо, чтобы обеспечение безопасности жизнедеятельности являлось приоритетной целью и внутренней потребностью каждого человека, общества и государства в целом. Для этого нужно развивать иное мировоззрение, систему идеалов, норм и традиций безопасного поведения. Одним из наиболее эффективных путей достижения этой цели является формирование соответствующей культуры – культуры безопасности жизнедеятельности. В этом и заключается **актуальность и педагогическая целесообразность** разработки данной программы.

В программе реализованы требования Конституции Российской Федерации и федеральных законов «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О радиационной безопасности населения», «О пожарной безопасности», «Об экологической безопасности», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Стратегии национальной безопасности Российской Федерации.

В своей предметной ориентации предлагаемая программа направлена на достижение цели – усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

При этом реализация программы направлена на:

- понимание учащимися важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- антиэкстремистское и антитеррористическое мышление и поведение учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
- готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Организация и проведение занятий по предлагаемой программе позволяют эффективно использовать образовательный потенциал образовательного учреждения, создать благоприятные условия для личностного и познавательного развития учащихся, обеспечивают формирование важнейших компетенций школьников.

Программа внеурочной деятельности предназначена для решения следующих задач:

- освоение учащимися знаний о здоровом и разумном образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;

- обучение школьников умению предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую помощь;
- развитие у обучаемых качеств личности, необходимых для ведения здорового и разумного образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- воспитание у учащихся культуры безопасности жизнедеятельности, чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- формирование у школьников антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Программа предназначена для реализации в 5 – 11 классах общеобразовательных учреждений. Таким образом, срок реализации программы составляет 7 лет. Общее количество часов, отведенных на реализацию программы, – 238 часов (по 34 часа в год, 1 час в неделю). При этом возможна корректировка продолжительности освоения учащимися данной программы исходя из возможностей (кадровых, финансовых, материально-технических) образовательного учреждения.

Программа внеурочной деятельности предполагает **двухуровневое обучение:**

- ✓ *первый уровень* – **информативный** (изучение правил и основ безопасности в различных условиях жизнедеятельности человека);
- ✓ *второй уровень* – **поведенческий** (закрепление социально адекватной модели поведения).

Основной формой организации образовательного процесса в рамках реализации данной программы внеурочной деятельности являются **занятия**, организация и проведение которых **предполагает:**

- ✓ задания, требующие поиска дополнительных сведений в справочниках, энциклопедиях, учебниках и прочих изданиях, в том числе по другим предметам;
- ✓ задания, при выполнении которых в конкретных ситуациях учащийся должен делать самостоятельные выводы на основе сообщаемых сведений;
- ✓ игровые задания, при выполнении которых происходит взаимодействие учащегося с двумя или более учащимися, формирование и отработка навыка коллективной работы на достижение положительного результата;
- ✓ имитационные игры, в которых происходит взаимодействие учащегося с двумя или более учащимися, формирование и отработка навыков безопасности в повседневной жизни, чрезвычайных и экстремальных ситуациях (спортивные игры, ролевые игры и т.д.);
- ✓ задания, требующие самостоятельного выбора способа организации получаемой информации, определения последовательности действий, относительного расположения объектов;
- ✓ задания, предполагающие выполнение самостоятельных действий с техникой для приема или передачи информации об экстремальных ситуациях: безопасный разговор по телефону с незнакомым человеком, вызов службы спасения МЧС, «скорой помощи» и т. д..

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ, ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребности соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;

- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
- умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;
- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
- освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- умение работать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

Предметные результаты:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской 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, их последствий для личности, общества и государства;
- знание правил безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;

- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
1 год обучения

| № п/п | Наименование раздела, тем | Всего часов | Из них | |
|----------|---|----------------|----------|----------|
| | | | Теория | Практика |
| 1 | Вводное занятие | 1 | 1 | |
| 2 | Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни | 6 | 3 | 3 |
| 2.1 | Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире) | 2 | 1 | 1 |
| 2.2. | Опасность толпы | 2 | 1 | 1 |
| 2.3 | Собака бывает кусачей | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Дорожная безопасность личности | 7 | 3 | 4 |
| 3.1 | Правила поведения учащихся на улице и дороге | 1 | 1 | |
| 3.2 | Дорога в школу | 2 | 1 | 1 |
| 3.3 | Пешеходные переходы | 1 | 1 | |
| 3.4 | Где можно переходить дорогу | 1 | | 1 |
| 3.5 | Ты – велосипедист | 1 | | 1 |
| 3.6 | Дорога глазами водителей | 1 | | 1 |
| 4 | Пожарная безопасность | 4 | 2 | 2 |
| 4.1 | Пожар | 2 | 1 | 1 |
| 4.2 | Правила безопасного поведения при пожаре в многоквартирном доме | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Экологическая безопасность | 3 | 2 | 1 |
| 5.1 | Современная экологическая ситуация в мире | 1 | 1 | |
| 5.2 | Загрязнение воды | 2 | 1 | 1 |
| 6 | Основы здорового образа жизни | 5 | 4 | 1 |
| 6.1 | Движение и здоровье | 1 | 1 | |
| 6.2 | Нарушения осанки и причины их возникновения | 1 | 1 | |
| 6.3. | Телевизор и компьютер – друзья или враги? | 1 | | 1 |
| 6.4 | Развитие и изменение организма в вашем возрасте | 1 | 1 | |
| 6.5 | Физическое и нравственное взросление человека | 1 | 1 | |
| 7 | Социальная безопасность личности | 5 | 1 | 4 |
| 7.1 | Психологические основы самозащиты | 1 | 1 | |
| 7.2 | Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде | 1 | | 1 |
| 7.3 | Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства | 1 | | 1 |
| 7.4 | Как избежать опасных домогательств | 1 | | 1 |
| 7.5 | Правила поведения при захвате в заложники | 1 | | 1 |
| 8 | Безопасность личности в чрезвычайных ситуациях | 2 | 1 | 1 |
| 8.1 | Чрезвычайные ситуации | 1 | 1 | |
| 8.2 | Поведение в чрезвычайных ситуациях | | | 1 |
| 9 | Итоговое занятие | 1 | | 1 |

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1.1. Вводное занятие

Правила безопасности на занятиях внеурочной деятельности. Цель и задачи изучения программы.

Раздел 2. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

Тема 2.1. Захлопнулась дверь

Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи). Что делать, если в квартире захлопнулась дверь, сломался замок. Правила безопасного поведения в случае потери ключей.

2.2. Опасность толпы

Чем опасны толпа и паника. Как уцелеть в толпе. Как обезопасить себя при возможности попадания в толпу.

2.3. Собака бывает кусачей

Правила безопасного поведения при встрече с собакой (на улице, в подъезде). Как действовать при нападении собаки и в случае укуса.

Раздел 3. Дорожная безопасность личности

Тема 3.1. Правила поведения учащихся на улице и дороге

Теория. Дисциплина на дороге. Обязанности пешеходов при движении по тротуару. Опасности, подстерегающие на тротуаре. Как правильно ходить по дороге с друзьями, братом, сестрой, пожилыми людьми. Составление памятки «Тротуар – друг пешехода»

Тема 3.2. Дорога в школу

Теория. Микрорайон школы. Транспорт в микрорайоне школы. Наиболее опасные перекрестки в микрорайоне школы. Что изменилось в твоём маршруте по сравнению с начальной школой. Разбор безопасных путей подхода к школе и другим объектам микрорайона.

Практика. Составление маршрута «дом-школа-дом» с указанием всех опасных для пешехода мест на маршруте.

Тема 3.3. Пешеходные переходы

Теория. Правила перехода дороги с двусторонним и односторонним движением. Опасные ситуации при переходе дороги. Примеры ДТП с детьми (по материалам ГИБДД). Анализ причин их возникновения. Дидактическая игра «Спрашиваем – отвечай»

Тема 3.4. Где можно переходить дорогу

Практика. Правила перехода дороги, если в зоне видимости отсутствует пешеходный переход. Опасные ситуации, возникающие при таком переходе. Составление памятки «Переходим дорогу правильно»

Тема 3.5. Ты – велосипедист

Практика. Общее устройство велосипеда. Что нужно знать о велосипеде для безопасной езды на нем. Где можно кататься на велосипеде до 14 лет. Игра-соревнование «Фигурное вождение велосипеда»

Тема 3.6. Дорога глазами водителей

Практика. Дорожная обстановка в зависимости от времени года, суток и погодных условий. Особенности работы водителя. Опасные ситуации, возникающие

с пешеходами на проезжей части, глазами водителей. Ролевая игра «Пешеходы и водитель»

Раздел 4. Пожарная безопасность

Тема 4.1. Пожар

Теория. Опасные факторы пожара, их воздействие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых помещениях. Меры пожарной безопасности в быту.

Практика. Чего не следует делать при пожаре в квартире (доме).

Тема 4.2. Правила безопасного поведения при пожаре в многоквартирном доме

Теория. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Что делать, если в комнате загорелся телевизор. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.

Практика. Способы эвакуации из горящего здания.

Раздел 5. Экологическая безопасность

Тема 5.1. Современная экологическая ситуация в мире

Теория. Современная экологическая ситуация в мире (уничтожение лесов, загрязнение воды, разрушение озонового слоя). Почему важно охранять природу.

Тема 5.2. Загрязнение воды

Теория. Роль воды на Земле (в природе, промышленности, быту). Неоправданный расход воды. Причины и последствия загрязнения воды.

Практика. Способы очистки воды в домашних условиях.

Раздел 6. Основы здорового образа жизни

Тема 6.1. Движение и здоровье

Благоприятное воздействие движения на организм человека. Развитие опорно-двигательного аппарата. Негативное воздействие недостатка и избытка движения на здоровье человека.

Тема 6.2. Нарушения осанки и причины их возникновения

Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки.

Тема 6.3. Телевизор и компьютер – друзья или враги?

Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Правила безопасности при просмотре телевизионных передач. Меры по предотвращению негативных последствий при работе на персональном компьютере.

Тема 6.4. Развитие и изменение организма в вашем возрасте

Развитие человеческого организма. Характеристика некоторых факторов, которые влияют на рост и вес подростков. Интенсивное развитие в период полового созревания (работа сальных и потовых желез).

Тема 6.5. Физическое и нравственное взросление человека

Почему важно заботиться о здоровье в подростковом возрасте. Состояние влюбленности; в чем она может проявляться. Как реагировать на ее проявления

Раздел 7. Социальная безопасность личности

Тема 7.1. Психологические основы самозащиты

Теория. Язык жестов, уверенность и спокойствие как способ самозащиты. Настрой на самозащиту. Действия в опасных ситуациях: что нужно делать, а чего не следует.

Тема 7.2. Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде

Теория. Меры по повышению безопасности жилища. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенной ситуации в доме (квартире): звонок в дверь; дверь пытаются открыть (взломать); когда вы вернулись домой, дверь открыта. Подъезд и лифт как зоны криминогенной опасности; способы ее избежать.

Практика. Составление памятки «Правила безопасного поведения в случае нападения в подъезде или лифте».

Тема 7.3. Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства

Теория. Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдные окраины города, глухие зоны парков и скверов; места массового скопления людей и т. д.

Практика. Безопасное поведение с незнакомыми взрослыми и подростками. Меры предосторожности.

Тема 7.4. Как избежать опасных домогательств

Теория. Что считается домогательством. Правила безопасного поведения во избежание домогательств. Как вести себя, если что-либо подобное произошло.

Практика. Составление алгоритма действий «Кто может помочь в такой ситуации (родители, служба психологической помощи и т. п.)».

Тема 7.5. Правила поведения при захвате в заложники

Теория. Понятие о заложнике. Возможные места и причины (террористическая акция, выкуп) захвата. Меры по предотвращению захвата в заложники. Правила безопасного поведения при захвате в заложники с целью выкупа.

Практика. Правила поведения при захвате в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.

Раздел 8. Безопасность личности в чрезвычайных ситуациях

Тема 8.1. Чрезвычайные ситуации

Теория. Понятие чрезвычайных ситуаций. Виды и причины возникновения чрезвычайных ситуаций.

Тема 8.2. Поведение в чрезвычайных ситуациях

Практика. Безопасное поведение в условиях чрезвычайных ситуаций. Составление памятки «Если возникла ЧС».

Раздел 9. Итоговое занятие

Тема 9.1. Итоговое занятие

Практика. Составление кроссворда «Мое безопасное поведение»

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2 год обучения

| № п/п | Наименование раздела, тем | Всего часов | Из них | |
|----------|---|----------------|----------|----------|
| | | | Теория | Практика |
| 1 | Вводное занятие | 1 | 1 | |
| 2 | Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни | 6 | 3 | 3 |
| 2.1 | Особенности города как среды обитания человека | 2 | 1 | 1 |
| 2.2 | Системы обеспечения безопасности населенного пункта | 2 | 1 | 1 |
| 2.3 | Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире) | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Дорожная безопасность личности | 7 | 4 | 3 |
| 3.1 | Безопасность пешеходов | 1 | 1 | |
| 3.2 | Знаем ли мы ПДД? | 1 | 1 | |
| 3.3 | Движение учащихся группами и в колонне | 1 | | 1 |
| 3.4 | Где можно и нельзя играть | 2 | 1 | 1 |
| 3.5 | Ты – велосипедист | 1 | | 1 |
| 3.6 | Улица глазами водителей | 1 | 1 | |
| 4 | Пожарная безопасность | 4 | 1 | 3 |
| 4.1 | Алгоритм действий при возникновении пожара | 2 | | 2 |
| 4.2 | Средства пожаротушения | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Экологическая безопасность | 3 | 2 | 1 |
| 5.1 | Загрязнение воздуха | 2 | 1 | 1 |
| 5.2 | Загрязнение почвы | 1 | 1 | |
| 6 | Основы здорового образа жизни | 5 | 3 | 2 |
| 6.1 | Правильное питание — основа здорового образа жизни | 2 | 1 | 1 |
| 6.2 | Значение белков, жиров и углеводов в питании человека | 2 | 1 | 1 |
| 6.3 | Гигиена и культура питания | 1 | 1 | |
| 7 | Социальная безопасность личности | 6 | 4 | 2 |
| 7.1 | Защита от мошенников | 3 | 2 | 1 |
| 7.2 | Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях | 3 | 2 | 1 |
| 8 | Итоговое занятие | 2 | | 1 |

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1.1. Вводное занятие

Правила безопасности на занятиях внеурочной деятельности. Цель и задачи изучения программы.

Раздел 2. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

Тема 2.1. Особенности города как среды обитания человека

Источники и зоны повышенной опасности в современном городе: городской и общественный транспорт, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные

коммуникации, строительные площадки, уличное электричество, промышленные предприятия. Правила безопасного поведения в опасных ситуациях.

Тема 2.2. Системы обеспечения безопасности населенного пункта

Различные службы помощи: полиция, пожарная охрана, «Скорая помощь», служба спасения, коммунальные и другие службы. Правила вызова служб безопасности. Государственные, муниципальные (городские) и районные службы обеспечения безопасности.

Тема 2.3. Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире)

Характеристика городского и сельского жилища. Особенности жизнеобеспечения современного дома, квартиры (водоснабжение, отопление, электроснабжение, канализация). Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище.

Раздел 3. Дорожная безопасность личности

Тема 3.1. Безопасность пешеходов

Теория. Интенсивность и скорость движения транспорта в городе. Любой движущийся транспорт – угроза безопасности человека. Виды транспортных средств: грузовой, легковой, специальный. Марки автомобилей. Умение правильно выбрать безопасную дорогу в школу, магазин, на стадион и т.п. Дидактическая игра «Угадай транспорт по описанию»

Тема 3.2. Знаем ли мы ПДД?

Теория. Причины ДТП с детьми: невыполнение пешеходами правил движения, несоблюдение пассажирами правил поведения в транспорте, недисциплинированность на улице и в транспорте и др. Составление памятки «Причины ДТП»

Тема 3.3. Движение учащихся группами и в колонне

Практика. Порядок движения учащихся группами по тротуару, обочине дороги, пешеходному переходу. Порядок движения учащихся в колонне. Правила посадки группы учащихся в транспорт общего пользования. Дидактическая игра «Спрашиваем – отвечай»

Тема 3.4. Где можно и нельзя играть

Теория. Места для игр и езды на самокатных средствах в городе и за городом. Опасность игр вблизи железнодорожных путей. Где можно играть в микрорайоне школы и дома.

Практика. Творческая мастерская (сочинить сказку, рассказ или стихотворение по заданной теме)

Тема 3.5. Ты – велосипедист

Практика. Общее устройство велосипеда. Типичные неисправности, их устранение. Правила безопасной езды для юных велосипедистов. Примеры ДТП с детьми (по материалам дорожной полиции). Анализ причин их возникновения. Игра-соревнование «Соблюдай правила езды на велосипеде всегда»

Тема 3.6. Улица глазами водителей

Теория. Что такое ДТП. Причины возникновения ДТП по вине пешеходов. Дидактическая игра «Спрашиваем – отвечай»

Раздел 4. Пожарная безопасность

Тема 4.1. Алгоритм действий при возникновении пожара

Практика. Составление алгоритма действий при возникновении пожара в квартире, на производстве, в школе.

Тема 4.2. Средства пожаротушения

Теория. Средства пожаротушения: вода, огнетушители, песок. Назначение средств пожаротушения.

Практика. Решение ситуационных задач «Правильный выбор средства пожаротушения»

Раздел 5. Экологическая безопасность

Тема 5.1. Загрязнение воздуха

Теория. Изменения в атмосфере и состав воздуха. Причины и последствия загрязнения воздуха (кислотные дожди, потеря здоровья). Меры по улучшению экологической обстановки в городе.

Практика. Что нужно делать, чтобы дышать чистым воздухом.

Тема 5.2. Загрязнение почвы

Теория. Понятие об опустынивании. Причины и последствия опустынивания. Накопление в почве вредных веществ.

Раздел 6. Основы здорового образа жизни

Тема 6.1. Правильное питание — основа здорового образа жизни

Теория. Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Калорийность продуктов питания. Суточная потребность человека в калориях. Соотношение расхода энергии к потребляемым калориям, избыток и недостаток их в рационе. Сбалансированное питание.

Практика. Составление «здорового меню» на 1 день

Тема 6.2. Значение белков, жиров и углеводов в питании человека

Теория. Белки, жиры и углеводы, их функция и содержащие их продукты. Витамины и их роль в развитии человека. Основные источники витаминов и минеральных веществ. Потребность подростка в воде.

Практика. Эссе «Роль витаминов в жизни человека»

Тема 6.3. Гигиена и культура питания

Теория. Основные гигиенические требования к питанию. Режим питания. Важность соблюдения культуры питания и основные правила этикета.

Раздел 7. Социальная безопасность личности

Тема 7.1. Защита от мошенников

Теория. Понятие о мошенничестве, обмане, злоупотреблении доверием. Распространенные способы мошенничества.

Практика. Составление памятки «Правила безопасного поведения, если вы подозреваете, что являетесь объектом мошенничества».

Тема 7.2. Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях

Теория. Пути выхода из конфликтных ситуаций. Самооценка поведения.

Практика. Мозговой штурм «Признаки потенциальной жертвы».

Раздел 8. Итоговое занятие

Тема 8.1. Итоговое занятие

Практика. Защита проектов (темы по выбору учащихся)

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 3 год обучения

| № п/п | Наименование раздела, тем | Всего часов | Из них | |
|----------|---|----------------|----------|----------|
| | | | Теория | Практика |
| 1 | Вводное занятие | 1 | | |
| 2 | Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни | 6 | 3 | 3 |
| 2.1 | Затопление квартиры | 2 | 1 | 1 |
| 2.2 | Электричество | 2 | 1 | 1 |
| 2.3 | Опасные вещества и продукты питания | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Дорожная безопасность личности | 7 | 2 | 5 |
| 3.1 | Наш город | 1 | 1 | |
| 3.2 | Знаем ли мы ПДД? | 1 | | 1 |
| 3.3 | Движение транспортных средств. | 2 | 1 | 1 |
| 3.4 | Поездка за город | 1 | | 1 |
| 3.5 | Ты – велосипедист | 1 | | 1 |
| 3.6 | Труд водителя | 1 | | 1 |
| 4 | Пожарная безопасность | 4 | 2 | 2 |
| 4.1 | Пожарный щит | 1 | 1 | |
| 4.2 | Средства индивидуальной защиты при пожаре | 3 | 1 | 2 |
| 5 | Экологическая безопасность | 3 | 2 | 1 |
| 5.1 | Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии | 1 | 1 | |
| 5.2 | Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений | 2 | 1 | 1 |
| 6 | Основы здорового образа жизни | 5 | 4 | 1 |
| 6.1 | Режим — необходимое условие здорового образа жизни | 1 | 1 | |
| 6.2 | Профилактика переутомления и содержание режима дня | 1 | 1 | |
| 6.3 | Физическая культура и закаливание | 1 | 1 | |
| 6.4 | Семья в современном обществе | 2 | 1 | 1 |
| 7 | Социальная безопасность личности | 2 | 3 | 3 |
| 7.1 | Безопасное поведение девушек | 4 | 1 | 2 |
| 7.2 | Уверенное и решительное поведение в криминогенных ситуациях | 4 | 1 | 2 |
| 8 | Итоговое занятие | 2 | | 2 |

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1.1. Вводное занятие

Правила безопасности на занятиях внеурочной деятельности. Цель и задачи изучения программы.

Раздел 2. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

Тема 2.1. Затопление квартиры

Теория. Причины затопления и его возможные последствия. Меры по предотвращению затопления.

Практика. Составление памятки «Правила поведения при затоплении жилища».

Тема 2.2. Электричество

Теория. Основные виды электрических и электронных приборов, используемых в быту. Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами; опасности, возникающие при нарушении этих правил.

Практика. Составление памятки «Меры по предотвращению поражением электрическим током».

Тема 2.3. Опасные вещества и продукты питания

Теория. Причины, последствия и меры по предотвращению отравления бытовым газом. Правила пользования газовыми приборами. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире, доме. Правила безопасности при употреблении лекарств и пользовании медицинскими приборами; последствия их нарушения. Правила безопасности при пользовании средствами бытовой химии; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Причины отравления продуктами питания и меры профилактики. Действия при первых признаках отравления.

Практика. Составление памятки «Правила хранения опасных веществ и средств бытовой химии».

Раздел 3. Дорожная безопасность личности

Тема 3.1. Город, в котором мы живем

Теория. Улицы с наиболее интенсивным движением транспорта и пешеходов в городе. Рассказ о микрорайоне школы, о его транспортном сообщении.

Тема 3.2. Знаем ли мы ПДД?

Практика. Разбор конкретных случаев дорожно-транспортных происшествий, их причин. Обсуждение поведения детей, нарушающих правила дорожного движения. Дидактическая игра «Да и нет»

Тема 3.3. Движение транспортных средств

Теория. Скорость движения и торможение автомобиля. Остановочный и тормозной путь транспортных средств. Особенности движения пешеходов и водителей в разное время суток. Демонстрация опытов: может ли автомашина быстро остановиться. Обсуждение ситуаций: «Идёт дождь», « На улице туман», «Тёмное время суток».

Практика. Составление памятки «Будем внимательны и вежливы с водителем».

Тема 3.4. Поездка за город

Практика. Правила движения пешеходов вдоль загородных дорог. Правила перехода загородных дорог. Опасности, подстерегающие пешехода на загородной дороге. Примеры ДТП с детьми за городом (по материалам дорожной полиции). Анализ причин их возникновения. Викторина «Правила поведения на шоссе за городом».

Тема 3.5. Ты – велосипедист

Практика. Осмотр велосипеда перед выездом. Неисправности велосипеда и их устранение. Экипировка велосипеда. Учебная езда на закрытой площадке под наблюдением учителя или руководителя кружка

Тема 3.6. Труд водителя

Теория. Работа водителя – это напряженный и ответственный труд. Обязанности водителя по обеспечению безопасности движения. Соблюдение ПДД

пешеходами обеспечивает их личную безопасность и облегчает работу водителя. Беседа с водителем автомобиля или автобуса.

Практика. Конкурс, викторина на лучших знатоков правил дорожного движения.

Раздел 4. Пожарная безопасность

Тема 4.1. Пожарный щит

Теория. Пожарный щит. Назначение пожарного щита. Месторасположение пожарного щита. Комплектующие пожарного щита.

Тема 4.2. Средства индивидуальной защиты при пожаре

Теория. Средства индивидуальной защиты при пожаре: виды и назначение.

Практика. Изготовление ватно-марлевой повязки.

Раздел 5. Экологическая безопасность

Тема 4.1. Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии

Теория. Понятие об эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Инфекционные заболевания, приводящие к массовому поражению людей, животных и растений.

Тема 4.2. Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений

Теория. Понятие о вакцинации. Наиболее важные меры предупреждения инфекционных болезней. Общие правила личной гигиены. Меры по защите сельскохозяйственных растений от инфекционных заболеваний.

Практика. Составление памятки «Как уберечь себя от инфекционных заболеваний»

Раздел 6. Основы здорового образа жизни

Тема 6.1. Режим — необходимое условие здорового образа жизни

Теория. Понятие о режиме. Формирование навыков здорового образа жизни. Умственная и физическая работоспособность. Утомление и переутомление, их причины, признаки и последствия для здоровья человека.

Тема 6.2. Профилактика переутомления и содержание режима дня

Теория. Понятия о режиме дня и бюджете времени. Влияние труда и отдыха на здоровье человека. Активный отдых, сон и рациональное питание. Трудовая деятельность школьников. Основные принципы и содержание режима дня подростков. Рекомендации по повышению эффективности самоподготовки.

Тема 6.3. Физическая культура и закаливание

Теория. Влияние физических упражнений на развитие растущего организма. Развитие необходимых физических качеств. Составляющие хорошей физической формы. Пути развития сердечно-дыхательной выносливости, мышечной силы, гибкости и скоростных качеств. Понятие о закаливании. Роль закаливания в профилактике простудных заболеваний. Принципы закаливания. Факторы окружающей среды, применяемые для закаливания организма: воздушные и солнечные ванны, закаливание водой.

Тема 6.4. Семья в современном обществе

Теория. Семья в современном обществе. Роль и задачи семьи в современном обществе. Создание семьи путем заключения брака. Понятие о законном браке. Права и обязанности супругов. Пути достижения взаимопонимания в семье.

Практика. Проведение состязаний «Семейные старты»

Раздел 7. Социальная безопасность личности

Тема 7.1. Безопасное поведение девушек

Теория. Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Безопасное поведение девушек при столкновении с молодыми и взрослыми хулиганами, уголовниками и лицами, находящимися в нетрезвом состоянии. Правила поведения девушки в обществе мужчины: в незнакомом месте; при возникновении угрозы или опасности насилия. Подручные средства самообороны и способы самозащиты. Наиболее уязвимые части тела.

Практика. Составление памятки «Правила поведения девушки в обществе мужчины: в незнакомом месте; при возникновении угрозы или опасности насилия».

Тема 7.2. Уверенное и решительное поведение в криминогенных ситуациях

Теория. Тренировка уверенности. Правила безопасного поведения при неизбежности конфликта. Поведение при столкновении с хулиганами, похищении, попытке изнасилования.

Практика. Составление памятки «Поведение при столкновении с хулиганами».

Раздел 8. Итоговое занятие

Тема 8.1. Итоговое занятие

Практика. Защита проектов (темы по выбору учащихся)

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 4 год обучения

| № п/п | Наименование раздела, тем | Всего часов | Из них | |
|----------|--|----------------|----------|----------|
| | | | Теория | Практика |
| 1 | Вводное занятие | 1 | 1 | |
| 2 | Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни | 6 | 3 | 3 |
| 2.1 | Причины травматизма и пути их предотвращения | 2 | 1 | 1 |
| 2.2 | Безопасное поведение дома и на улице | 2 | 1 | 1 |
| 2.3 | Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Дорожная безопасность личности | 7 | 3 | 4 |
| 3.1 | Безопасный путь в школу | 1 | 1 | |
| 3.2 | Знаем ли мы ПДД? | 1 | 1 | |
| 3.3 | Предупредительные сигналы | 2 | 1 | 1 |
| 3.4 | Мы едем на машине | 1 | | 1 |
| 3.5 | Ты – велосипедист | 1 | | 1 |
| 3.6 | Поведение учащихся при ДТП | 1 | | 1 |
| 4 | Пожарная безопасность | 4 | 2 | 2 |
| 4.1 | Знаки безопасности | 1 | 1 | |
| 4.2 | План эвакуации | 3 | 1 | 2 |
| 5 | Основы здорового образа жизни | 5 | 3 | 5 |
| 5.1 | Основные неинфекционные заболевания | 1 | 1 | |
| 5.2 | Здоровье человека | 1 | 1 | |
| 5.3 | Понятие о здоровом образе жизни | 2 | | 2 |
| 5.4 | Факторы риска во внешней среде и их влияние | 1 | 1 | |
| 6 | Социальная безопасность личности | 6 | 3 | 3 |
| 6.1 | Физиологическое и психологическое развитие подростков | 1 | 1 | |
| 6.2 | Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции | 2 | 1 | 1 |
| 6.3 | Виды конфликтов | 2 | | 2 |
| 6.4 | Суицидальное поведение в подростковом возрасте | 1 | 1 | |
| 7 | Итоговое занятие | 2 | | 2 |

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1.1. Вводное занятие

Правила безопасности на занятиях внеурочной деятельности. Цель и задачи изучения программы.

Раздел 2. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

Тема 2.1. Причины травматизма и пути их предотвращения

Теория. Понятие о травматизме. Основные причины травматизма и виды травм в школьном возрасте.

Практика. Меры по предотвращению различных видов травм.

Тема 2.2. Безопасное поведение дома и на улице

Теория. Правила безопасного поведения в быту, снижающие риск получения травм в домашних условиях. Меры по снижению опасности на воде.

Практика. Что делать, если вы оказались свидетелем происшествия на воде.

Тема 2.3. Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом

Теория. Правила поведения на уроках физик химии, во время перемен. Причины травматизма на уроке физической культуры и во время занятий спортом. Вид спорта с высокой степенью травматического риска. Профилактика травматизма на уроках физической культуры и занятиях спортом.

Практика. Безопасная одежда, обувь и защити снаряжение.

Раздел 3. Дорожная безопасность личности

Тема 3.1. Безопасный путь в школу

Теория. Безопасные маршруты движения в микрорайоне школы. Правила безопасного поведения. Разбор конкретных случаев дорожно-транспортных происшествий в городе, их причин.

Практика. Выбираем правильный маршрут.

Тема 3.2. Знаем ли мы ПДД?

Обязанности пешеходов, пассажиров, велосипедистов. Решение тестовых заданий. Создание буклетов «Помни, пешеход!», «Юный велосипедист, запомни!».

Тема 3.3. Предупредительные сигналы

Теория. Подача предупредительных сигналов световыми указателями поворотов или рукой. Значение этих сигналов для водителей и пешеходов. Правила подачи сигналов световыми указателями поворотов и рукой.

Практика. Отработка навыков своевременной подачи сигналов рукой на территории автогородка.

Тема 3.4. Мы едем на машине

Теория. Салон автомобиля. Почему в личном автотранспорте нужно соблюдать правила безопасного поведения?

Практика. Составление плаката «Поведение в транспорте»

Тема 3.5. Ты – велосипедист

Практика. Порядок движения велосипедистов по проезжей части. Правила перевозки грузов на велосипеде. Правила маневрирования, проезда нерегулируемых перекрестков. Практическая работа по отработке навыков безопасного вождения велосипеда

Тема 3.6. Поведение учащихся при ДТП

Практика. Ролевая игра «Поведение участников и очевидцев дорожно-транспортного происшествия. Вызов «скорой помощи». Возможность оказания первой доврачебной помощи»

Раздел 4. Пожарная безопасность

Тема 4.1. Знаки безопасности

Теория. Понятие «знаки безопасности». Виды и предназначение знаков безопасности.

Тема 4.2. План эвакуации

Теория. Понятие «план эвакуации». Для чего необходим план эвакуации. Чтение плана эвакуации.

Практика. Составление плана эвакуации

Раздел 5. Основы здорового образа жизни

Тема 5.1. Основные неинфекционные заболеваний

Теория. Характеристика наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваний. Причины неинфекционных заболеваний и доступные меры их профилактики.

Тема 5.2. Здоровье человека

Теория. Понятие о здоровье. Физическое, духовное, социальное здоровье. Характеристика групп здоровья детей и подростков. Взаимосвязь между индивидуальным и общественным здоровьем. Факторы, влияющие на здоровье.

Тема 5.3. Понятие о здоровом образе жизни

Практика. Эссе «Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления».

Тема 5.4. Факторы риска во внешней среде и их влияние

Теория. Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье. Понятие о внешней среде. Факторы риска во внешней среде и их влияние на организм человека. Понятие о внутренней среде организма. Роль внутренней среды организма.

Раздел 6. Социальная безопасность личности

Тема 6.1. Физиологическое и психологическое развитие подростков.

Теория. Особенности физиологического развития в период полового созревания. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья человека. Мероприятия, помогающие справиться с чувствами и эмоциями.

Тема 6.2. Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции

Теория. Понятие о влюбленности. Рекомендации по снятию стресса, вызванного безответной любовью. Понятие о «ловушках влюбленности».

Практика. Нежелательные мотивы вступления в сексуальные отношения.

Тема 6.3. Виды конфликтов.

Практика. Правила поведения в конфликтных ситуациях. Понятие о конфликте. Виды конфликтов и методы преодоления разногласий. Правила поведения в конфликтной ситуации. Управление чувствами и эмоциями в конфликтной ситуации. Приемы управления чувствами эмоциями.

Тема 6.4. Суицидальное поведение в подростковом возрасте

Теория. Понятие о суициде. Причины и факторы, повышающие вероятность суицида. Признаки, указывающие на возможность суицида. Зависимость числа суицидов от возраста и пола Суицид среди подростков и молодежи. Причины и признак эмоционального неблагополучия человека. Угнетенное психическое состояние. Профилактика суицида.

Раздел 7. Итоговое занятие

Тема 7.1. Итоговое занятие

Практика. Защита проектов (темы по выбору учащихся)

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 5 год обучения

| № п/п | Наименование раздела, тем | Всего часов | Из них | |
|----------|--|----------------|----------|----------|
| | | | Теория | Практика |
| 1 | Вводное занятие | 1 | 1 | |
| 2 | Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни | 8 | 4 | 4 |
| 2.1 | Человек и стихия | 2 | 1 | 1 |
| 2.2 | Характер и темперамент | 3 | 2 | 1 |
| 2.3 | Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии | 3 | 1 | 2 |
| 3 | Дорожная безопасность личности | 7 | 5 | 2 |
| 3.1 | Детский дорожно-транспортный травматизм | 2 | 1 | 1 |
| 3.2 | Обязанности пешеходов и велосипедистов и их ответственность за нарушение ПДД | 1 | 1 | |
| 3.3 | Велосипед с подвесным двигателем и мопед | 1 | 1 | |
| 3.4 | Дорожная разметка | 1 | 1 | |
| 3.5 | Дорожные знаки | 1 | | 1 |
| 3.6 | Сигналы светофоров и регулировщика | 1 | 1 | |
| 4 | Основы здорового образа жизни | 8 | 3 | 6 |
| 4.1 | Понятие личной гигиены | 2 | 1 | 2 |
| 4.2 | Гигиена питания и воды | 3 | 1 | 2 |
| 4.3 | Гигиена жилища и индивидуального строительства | 3 | 1 | 2 |
| 5 | Социальная безопасность личности | 8 | 4 | 4 |
| 5.1 | Роль семьи в обеспечении личной безопасности | 2 | 1 | 1 |
| 5.2 | Семейные конфликты | 3 | 2 | 1 |
| 5.3 | Половая неприкосновенность личности | 3 | 1 | 2 |
| 6 | Итоговое занятие | 2 | | |

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1.1. Вводное занятие

Правила безопасности на занятиях внеурочной деятельности. Цель и задачи изучения программы.

Раздел 2. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

Тема 2.1. Человек и стихия

Теория. Свойства мышления, необходимые для оценки чрезвычайной ситуации. Повышение психологической подготовленности.

Практика. Необходимые знания, позволяющие успешно противостоять стихийному бедствию.

Тема 2.2. Характер и темперамент

Теория. Понятие о темпераменте. Типы темперамента и их характеристика. Понятие о характере.

Практика. Влияние темперамента и характера на действия в чрезвычайной ситуации.

Тема 2.3. Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии

Теория. Особенности психологических процессов во время стихийных бедствий. Негативное влияние внезапного стихийного бедствия на психику неподготовленного человека.

Практика. Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.

Раздел 3. Дорожная безопасность личности

Тема 3.1. Детский дорожно-транспортный травматизм

Теория. Классификация и основные причины ДТП. Статистика дорожного травматизма с участием детей за последние три года. Причины детского дорожно-транспортного травматизма. Как не стать жертвой ДТП. Обсуждение поведения детей, нарушающих правила дорожного движения.

Практика. Тематическое занятие для малышей «Расскажем малышам о правилах поведения на дорогах»

Тема 3.2. Обязанности пешеходов и велосипедистов и их ответственность за нарушение ПДД

Теория. Основная обязанность пешеходов и велосипедистов – соблюдение Правил дорожного движения. Привлечение к дисциплинарной и административной ответственности за нарушение ПДД. Дидактическая игра «Спрашиваем – отвечай»

Тема 3.3. Велосипед с подвесным двигателем и мопед

Теория. Устройство велосипеда с подвесным двигателем и мопеда. Их техническое обслуживание, правила пользования ими. Возрастной ценз на право управления велосипедом с подвесным двигателем и мопедом. Практическая работа по вождению транспортного средства с подвесным двигателем или мопедом.

Тема 3.4. Дорожная разметка

Теория. Назначение дорожной разметки, ее роль в регулировании движения. Цвет, условия применения разметки для безопасности движения пешеходов и велосипедистов. Соревнования велосипедистов по ПДД на площадке

Тема 3.5. Дорожные знаки

Практика. Места установки дорожных знаков. Назначение семи групп дорожных знаков: предупреждающие, приоритета, запрещающие, предписывающие, информационно-указательные, сервиса, дополнительной информации (таблички). Дидактическая игра «Наведем порядок в городе». На рисунке-схеме «Город» дети помещают дорожные знаки, делают дорожную разметку и объясняют, почему они так сделали.

Тема 3.6. Сигналы светофоров и регулировщика

Теория. Светофор и его сигналы. Знакомство с понятием о регулировщике. Жесты и положение корпуса при регулировании дорожного движения. Значение свистка и жезла при регулировании дорожного движения.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни

Тема 4.1. Понятие личной гигиены

Теория. Гигиена кожи и одежды. Понятие о гигиене и личной гигиене. Правила ухода за кожей.

Практика. Основная функция одежды и гигиенические требования к ней.

Тема 4.2. Гигиена питания и воды

Теория. Важность питания в процессе нормальной жизнедеятельности организма. Группы продуктов питания. Рекомендуемый набор пищевых продуктов в рационе взрослого человека и подростка. Суточное распределение пищевого рациона. Гигиена питания. Функции, выполняемые водой в организме человека.

Практика. Гигиена воды. Способы очистки воды.

Тема 4.3. Гигиена жилища и индивидуального строительства

Теория. Гигиена жилища. Микроклимат помещения. Нормы искусственной освещенности.

Практика. Гигиена индивидуального строительства.

Раздел 5. Социальная безопасность личности

Тема 5.1. Роль семьи в обеспечении личной безопасности

Теория. Здоровая семья. Безопасность в семье. Роль семьи в формировании культуры безопасного поведения.

Практика. Беседа «Семья и твоя безопасность»

Тема 5.2. Семейные конфликты

Теория. Понятие «семейный конфликт». Причины семейных конфликтов. Семейные конфликты и безопасность членов семьи.

Практика. Деловая игра «Как избежать семейных конфликтов».

Тема 5.3. Половая неприкосновенность личности

Теория. Понятие «половая неприкосновенность личности». Половая неприкосновенность личности и психологическая безопасность.

Практика. Дискуссия «Как избежать сексуальных домогательств».

Раздел 6. Итоговое занятие

Тема 6.1. Итоговое занятие

Практика. Защита проектов (темы по выбору учащихся)

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 6 год обучения

| № п/п | Наименование раздела, тем | Всего часов | Из них | |
|----------|---|----------------|----------|----------|
| | | | Теория | Практика |
| 1 | Вводное занятие | 1 | | |
| 2 | Дорожная безопасность личности | 7 | 3 | 4 |
| 2.1 | Требования к управлению велосипедом, скутером, мопедом | 1 | 1 | |
| 2.2 | Знаем ли мы ПДД? | 2 | | 2 |
| 2.3 | Дорожно-транспортный травматизм | 2 | 2 | |
| 2.4 | Первая медицинская помощь при ДТП | 2 | | 2 |
| 3 | Основы здорового образа жизни | 8 | 3 | 5 |
| 3.1 | Вредные привычки и их влияние на здоровье человека | 3 | 1 | 2 |
| 3.2 | Половое здоровье личности | 2 | 1 | 1 |
| 3.3 | Инфекции, передаваемые половым путем | 3 | 1 | 2 |
| 4 | Социальная безопасность личности | 11 | 4 | 7 |
| 4.1 | Общие понятия о безопасности человека в обществе | 3 | 1 | 2 |
| 4.2 | Терроризм в современном мире | 3 | 1 | 2 |
| 4.3 | Межнациональные отношения | 3 | 1 | 2 |
| 4.4 | Обеспечение безопасности в случае захвата (попытки захвата) в заложники или похищении | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Безопасность личности в чрезвычайных ситуациях | 5 | 2 | 3 |
| 5.1 | Опасные природные явления | 2 | 1 | 1 |
| 5.2 | Потенциально опасные объекты, их виды и возможные чрезвычайные ситуации на них | 3 | 1 | 2 |
| 6 | Итоговое занятие | 2 | | 2 |

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1.1. Вводное занятие

Правила безопасности на занятиях внеурочной деятельности. Цель и задачи изучения программы.

Раздел 2. Дорожная безопасность личности

Тема 2.1. Требования к управлению велосипедом, скутером, мопедом

Теория. Правила дорожного движения при управлении велосипедом, скутером, мопедом. Техника безопасности при управлении этими транспортными средствами и защитная экипировка. Отработка навыков безопасного вождения

Тема 2.2. Знаем ли мы ПДД?

Практика. Ситуационная грамотность. Ситуации-«ловушки», связанные с привычками детей. Ситуации-«ловушки», связанные с закрытым обзором, на остановках, регулируемых и нерегулируемых перекрестках. Составление коллажа по теме «Ловушки на дорогах» для детей

Тема 2.3. Дорожно-транспортный травматизм

Теория. Характеристика транспортных средств, приспособления, предохраняющие от травм при ДТП. Статистика повреждений при ДТП, их локализация и степень тяжести. Творческое задание на разработку удерживающего устройства для детей.

Тема 2.4. Первая медицинская помощь при ДТП

Практика. Влияние фактора времени при оказании медицинской помощи пострадавшим. Типичные повреждения при наезде на пешехода. Отработка навыков вызова «скорой помощи» и оказания первой медицинской помощи

Терминальные состояния. Оценка тяжести состояния пострадавшего. Первичная сердечно-легочная реанимация. Контроль реанимационных мероприятий. Особенности реанимации у детей. Отработка навыка сердечно-легочной реанимации

Раздел 3. Основы здорового образа жизни

Тема 3.1. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека

Теория. Понятие о табаке, никотине, никотиновой зависимости. Пагубное влияние табачного дыма на организм курящего и окружающих. Заболевания, связанные с курением. Профилактика курения. Употребление алкоголя и его влияние на умственное и физическое развитие человека. Алкогольная зависимость. Заболевания, вызванные чрезмерным употреблением алкоголя. Профилактика. Наркомания и ее отрицательные последствия для здоровья человека. Виды наркотиков.

Практика. Профилактика наркомании.

Тема 3.2. Половое здоровье личности

Теория. Понятие о любви, привязанности, заботе. Роль нравственности во взаимоотношениях полов. Ранние половые связи и их последствия для здоровья: ранняя беременность, аборт.

Практика. Последствия для репродуктивной функции человека.

Тема 3.3. Инфекции, передаваемые половым путем

Теория. Понятие «половые инфекции». Виды инфекций, передаваемых половым путем. ВИЧ-инфекция.

Практика. Дебаты «Как уберечь себя от ВИЧ-инфекций»

Раздел 4. Социальная безопасность личности

Тема 4.1. Чрезвычайные ситуации социального характера

Теория. Общие понятия о безопасности человека в обществе, социальной опасности, чрезвычайных ситуациях социального характера.

Практика. Классификация социальных опасностей.

Тема 4.2. Терроризм в современном мире

Теория. Общие понятия о терроризме. Понятие о терроре, терроризме, террористическом акте. Классификация терроризма. Черты, формы и методы современного терроризма. Система борьбы с терроризмом. Система борьбы с терроризмом. Общегосударственная система противодействия терроризму в Российской Федерации.

Практика. Антитеррористические мероприятия.

Тема 4.3. Межнациональные отношения

Теория. Многогранность культуры России. Межнациональные связи. Многонациональное государство и чувство патриотизма. Единство и дружба народов.

Практика. Уважение к национальным традициям народов России.

Тема 4.4. Обеспечение безопасности в случае захвата (попытка захвата) в заложники или похищении

Теория. Правила поведения при попытке захвата в заложники и если вы оказались в группе заложников. Киднеппинг. Правила поведения при проведении операций спецслужбами по освобождению заложников. Обеспечение безопасности в зоне вооруженного конфликта. Обеспечение безопасности при перестрелке. Обеспечение безопасности при нахождении на территории ведения боевых действий.

Практика. Правила поведения при объявлении комендантского часа.

Раздел 5. Безопасность личности в чрезвычайных ситуациях

Тема 5.1. Опасные природные явления

Теория. Действия при угрозе и правила безопасного поведения при возникновении опасного природного явления, способы защиты населения. Массовые заболевания людей, животных, растений.

Практика. Составление алгоритма «Способы защиты населения».

Тема 5.2. Потенциально опасные объекты, их виды и возможные чрезвычайные ситуации на них

Теория. Гидродинамические аварии. Аварии на пожаровзрывоопасных, радиационно-опасных, химически опасных, биологически опасных объектах и коммунальных сетях.

Практика. Аварии и катастрофы на различных видах транспорта.

Раздел 6. Итоговое занятие

Тема 6.1. Итоговое занятие

Практика. Защита проектов (темы по выбору учащихся)

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 7 год обучения

| № п/п | Наименование раздела, тем | Всего часов | Из них | |
|----------|--|----------------|----------|----------|
| | | | Теория | Практика |
| 1 | Вводное занятие | 1 | | |
| 3 | Дорожная безопасность личности | 7 | 3 | 4 |
| 2.1 | Агитация и пропаганда соблюдения Правил дорожного движения | 3 | 1 | 2 |
| 2.2 | Скорость движения транспортных средств | 2 | 1 | 1 |
| 2.3 | Угрожающие жизни состояния при механических и термических поражениях | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Основы здорового образа жизни | 10 | | |
| 3.1 | Духовное и физическое здоровье | 4 | 2 | 2 |
| 3.2 | Мое здоровье и здоровье окружающих | 3 | 1 | 2 |
| 3.3 | Формирование культуры безопасности жизнедеятельности | 3 | 1 | 2 |
| 4 | Социальная безопасность личности | 14 | 5 | 9 |
| 4.1 | Криминогенные угрозы | 2 | 1 | 1 |
| 4.2 | Обеспечение безопасности при посещении массовых мероприятий | 2 | 1 | 1 |
| 4.3 | Информационная безопасность | 2 | | 2 |
| 4.4 | Секты и личная безопасность | 2 | 2 | |
| 4.5 | Игромания | 2 | | 2 |
| 4.6 | Суицид | 2 | 1 | 1 |
| 4.7 | Особенности развития и планирование своей деятельности. Поведение в социальной среде | 2 | | 2 |
| 5 | Итоговое занятие | 2 | | 2 |

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1.1. Вводное занятие

Правила безопасности на занятиях внеурочной деятельности. Цель и задачи изучения программы.

Раздел 2. Дорожная безопасность личности

Тема 2.1. Агитация и пропаганда соблюдения Правил дорожного движения

Теория. Правила дорожного движения — государственный нормативный документ и основа дорожной грамоты участников дорожного движения. Постановление Правительства РФ от 23.10.1993 г. «Об утверждении Правил дорожного движения». Федеральный закон «О безопасности дорожного движения» № 196 - ФЗ от 10.12.1995 г. Извлечение из кодекса «Об административных правонарушениях за несоблюдение ПДД» Соблюдение ПДД – обязанность каждого гражданина. Ответственность за нарушение Правил дорожного движения.

Практика. Решение ситуационных задач по ПДД

Тема 2.2. Скорость движения транспортных средств

Теория. Ознакомление с факторами, влияющими на выбор скорости движения. Ограничение скорости в населённых пунктах, вне населённых пунктах, на автомагистралях для различных категорий ТС. Запрещения при выборе скоростного режима. Опасные последствия несоблюдения скоростного режима.

Практика. Решение ситуационных задач по ПДД

Тема 2.3. Угрожающие жизни состояния при механических и термических поражениях

Теория. Шок. Виды шока. Острая дыхательная недостаточность. Классификация повреждений грудной клетки. Асфиксия. Потеря сознания. Способы профилактики асфиксии (удушья) при утрате сознания.

Практика. Приемы устранения асфиксии при оказании первой медицинской помощи пострадавшим.

Раздел 3. Основы здорового образа жизни

Тема 3.1. Духовное и физическое здоровье

Теория. Понятие «духовное здоровье», «физическое здоровье».

Практика. Эссе «Составляющие духовного здоровья»

Тема 3.2. Мое здоровье и здоровье окружающих

Теория. Здоровье. Роль здоровья человека в здоровье всего общества.

Практика. Составление схемы «Мое здоровье и здоровье окружающих»

Тема 3.3. Формирование культуры безопасности жизнедеятельности

Теория. Формирование личности безопасного типа. Роль культуры безопасности жизнедеятельности в жизни человека. Бережное отношение к себе, окружающим людям и природе. Понятие и пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности.

Практика. Формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности у населения.

Раздел 4. Социальная безопасность личности

Тема 4.1. Криминогенные угрозы

Теория. Понятие о мошенничестве, хищении имущества и похищении людей. Формы мошенничества и их классификация. Мотивы совершения похищений людей. Торговля людьми и использование рабского труда.

Практика. Рекомендации по защите от криминогенных угроз.

Тема 4.2. Обеспечение безопасности при посещении массовых мероприятий

Теория. Понятие о толпе, панике. Состав толпы. Механизм возникновения паники. Правила подготовки к посещению мест массового пребывания людей.

Практика. Обеспечение безопасности при посещении массовых мероприятий.

Тема 4.3. Информационная безопасность

Практика. Средства массовой информации (СМИ). Негативные последствия воздействия СМИ на сознание человека. Способы защиты от негативного воздействия (влияния) СМИ.

Тема 4.4. Секты и безопасность

Теория. Понятие о секте, адептах. Классификация сект. Негативное воздействие сект на человека. Правила безопасности и помощь человеку, попавшему в секту.

Тема 4.5. Игромания

Практика. Понятие об игромании. Причины возникновения, симптомы и последствия игромании. Профилактика игровой зависимости.

Тема 4.6. Суицид

Теория. Понятие о самоубийстве, суициде. Причины суицида. Суицидальное поведение. Помощь человеку в трудную минуту.

Практика. Оказание помощи человеку с депрессивными мыслями.

Тема 4.7. Особенности развития и планирование своей деятельности.

Поведение в социальной среде

Практика. Как обезопасить себя в обществе.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Формы и режим занятий

Место проведения занятия определяется педагогом исходя из темы и имеющихся возможностей и условий. Так, изучение некоторых тем целесообразно организовывать в спортзале, на школьном дворе или на территории микрорайона школы (например, по безопасности на дорогах).

Для более полного и качественного усвоения материала по тематике безопасности жизнедеятельности рекомендуются следующие формы проведения занятий во внеурочное время: занятия-викторины, брейн-ринги, комбинированные занятия, самостоятельные занятия, занятия-экскурсии, игры-тренировки в составе класса, практические занятия по отработке навыков поведения в опасных ситуациях и оказания само- и взаимопомощи. На усмотрение педагога формами занятий могут быть также целевые прогулки, напоминание, ситуативный разговор, сюжетно-ролевые игры, моделирование, ведение календаря, игры-экспериментирования.

Занятия-экскурсии целесообразно организовывать для изучения соответствующих тем и при наличии дополнительного времени.

Особенность программы внеурочной деятельности состоит в том, что овладение знаниями происходит в процессе самостоятельной деятельности учащихся и их взаимодействия в ходе подготовки и проведения мероприятия. При проведении большинства занятий реализуется модель «развлечение + обучение».

При решении проблем, связанных с поиском инновационных программ обучения учащегося, целесообразным представляется использование классических схем, хорошо зарекомендовавших себя в дидактике.

Обучение через игру является известным методическим подходом (Д.Б. Эльконин, В.Л. Данилова, П.Я. Гальперин). Обучающие игры — это метод и форма организации учебной деятельности, характеризующаяся наличием двух блоков целей и задач: педагогических (образовательных, воспитательных, развития личности) и игровых. Есть игровой результат (тематический сувенир за участие в игре-конкурсе) и есть педагогический результат (сформированный алгоритм действий). Соответственно и мотивация участников также характеризуется двуплановостью: желание достижения конкретного игрового результата и познавательная мотивация, направленная на эффективность учебной деятельности. Педагогической задачей в данном аспекте является создание в процессе игры мотивационной системы, в которой познавательные мотивы будут играть доминирующую роль в общей системе мотивации. Целью таких мероприятий является как творческое осмысление полученных знаний в области коллективной безопасности жизнедеятельности, так и мониторинг уровня усвоения теоретических знаний. Игровая деятельность дает возможность ребенку самому оценить полученные навыки и предоставляет возможность педагогического наблюдения в целях мониторинга успешности усвоения им навыков в области безопасности.

Викторины (познавательные, познавательно-развлекательные, интеллектуальные) развивают умение находить оригинальные решения, что и требуется для обучения детей в области безопасности жизнедеятельности.

Викторина проводится как соревнование учащихся, которые получают баллы за правильные ответы.

Брейн-ринг – вид более сложной викторины, это соревнование двух команд, которые должны дать ответ на вопрос за определенное время и получить за это зачетные очки. Для проведения брейн-ринга также требуется подготовка вопросов по теме.

Игры-тренировки и практические занятия проводятся для отработки навыков поведения и правильных действий в опасных ситуациях в быту, школе, на улице и на природе, а также для изучения основ оказания само- и взаимопомощи.

Внеурочная деятельность, как уже указывалось, подразумевает привлечение родителей к формированию культуры безопасности в рамках семейного воспитания детей и подростков. Большой интерес представляют конкурсы семейных команд с элементами спасательной тематики, проводимые в рамках праздничных программ.

Хорошо себя зарекомендовала методика «Встречи с интересными людьми», когда на занятие приглашаются специалисты и сотрудники МВД России. Присутствие значимого взрослого, к тому же в красивой форме, включает психологические механизмы активизации познавательной деятельности.

При подготовке к занятиям по внеурочной деятельности педагогу рекомендуется пользоваться ресурсами образовательного портала «ОБЖ.ру» (<http://www.obzh.ru>), на котором собраны программно-методические по организации обучения ОБЖ в урочное и внеурочное время.

Система оценки результатов реализации программы

Оценка полученных знаний в области безопасности жизнедеятельности осуществляется во время проведения игр и бесед, при судействе конкурсов и викторин, выставке творческих работ, защите исследовательских проектов. Одним из критериев усвоения вопросов безопасности является успешное выполнение учащимися различных нормативов, участие детей в спортивных мероприятиях и соревнованиях различного уровня.

Данная программа внеурочной деятельности не подразумевает конкретную оценку деятельности школьников, но предполагает поощрения в различных формах: призы, грамоты, благодарность и т.д.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Байбородова Л.В., Индюков Ю.В. методика обучения основам безопасности жизнедеятельности. Методическое пособие. – М.: ВЛАДОС, 2003. – 272 с.
2. Богачева О.П., Дубягин Ю.П. Школа выживания. Или 56 способов защитить ребенка от преступления. – М.: Пихта, 1997. – 287 с.
3. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя. – М.: Просвещение, 2010. – 223 с.
4. Обеспечение безопасности детей в быту. Ответственность родителей. /Методические рекомендации для родителей./ Составители: Никифоров А.А., Политова Р.И. – Белгород, БелРИПКППС, 2009. – 30 с.
5. Поливанова К.Н. Проектная деятельность школьников: пособие для учителя. – М.: Просвещение, 2011. – 192 с.
6. Правила дорожного движения РФ. – М., 2015. – 28 с.
7. Тихомирова О.И. Пособие по пожарной безопасности. – Москва: ЭНАС, 2008. – 64 с.