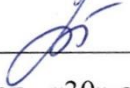




Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Быковская основная общеобразовательная школа
Яковлевского городского округа»

<p>«Рассмотрено» на методическом совете школы Протокол № 1 от «<u>30</u>» августа 2022 г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора МБОУ «Быковская ООШ»  С.В. Турчина от «<u>30</u>» августа 2022 г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор МБОУ «Быковская ООШ» Н.Г. Осадчая Приказ №  от «<u>29</u>» августа 2022 г.</p> 
--	--	--

Рабочая программа

внеурочной деятельности «Школа безопасности»

на уровень основного общего образования

базовый уровень

учителя Чепуриной Галины Михайловны

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Школа безопасности» составлена на основе рабочей программы: Основы безопасности жизнедеятельности : 5—9 классы : рабочая программа / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А. Б. Таранин. — М.: Вентана-Граф, 2021.

Программа предполагает проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий с обучающимися 5-7 классов в первом полугодии - 1 ч в неделю (17 ч. в год в каждом классе)

Курс внеурочной деятельности «Школа безопасности» в 5 -7 классах строится так, чтобы были достигнуты следующие цели:

1. Формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих.
2. Развитие навыков сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, умений оказывать своевременную и грамотную помощь себе и другим пострадавшим.
3. Воспитание способности к самоконтролю, самооценке поведения в ситуациях, которые могут стать опасными для жизни и здоровья окружающих, развитие умения предвидеть последствия своего (чужого) поведения.
4. Воспитание организованности, дисциплинированности, стремления к самосовершенствованию, физическому и духовно- нравственному развитию.

Планируемые результаты обучения

Личностные результаты

- Освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными, опасными и чрезвычайными ситуациями;
- сформированность социально значимых межличностных отношений, ценностных жизненных установок и нравственных представлений;
- эмоционально-отрицательная оценка потребительского отношения к окружающей среде, к проявлению асоциального поведения;
- формирование способности предвидеть результаты своих действий, корректировать те из них, которые могут привести к нежелательным и/или опасным последствиям;
- устойчивое стремление и готовность к саморазвитию и личностному совершенствованию.

Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)

Познавательные

Обучающиеся научатся:

- использовать умственные операции (анализ, синтез, сравнение, классификация и др.) для оценки, интерпретации и обобщения получаемой информации;

- сопоставлять информацию по одной и той же проблеме, полученную из различных источников и в разных видах (текст, иллюстрация, графическое представление);
- сравнивать чрезвычайные ситуации и классифицировать их по степени опасности для жизни и здоровья людей;
- осуществлять поиск информации, необходимой для выбора правильных решений в опасных и чрезвычайных ситуациях, связанных с бытом, повседневной школьной жизнью, природными и техногенными происшествиями.

Регулятивные

Обучающиеся научатся:

- планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила безопасного поведения в различных ситуациях;
- контролировать своё поведение, проявлять желание и способности предвидеть последствия своих действий и поступков;
- оценивать различные опасные и чрезвычайные ситуации, определять ошибки и недостатки в действиях людей, попавших в такие ситуации, искать способы устранения негативных последствий.

Коммуникативные

Обучающиеся научатся:

- участвовать в диалоге (высказывать своё мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);
- формулировать обобщения и выводы по изученному материалу;
- составлять обоснованные суждения о правилах безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях;
- характеризовать термины и понятия (в рамках изученных), пользоваться энциклопедиями и словарями для уточнения их значения и смысла;
- характеризовать термины и причины происходящих негативных явлений и событий, делать выводы о возможных способах их предупреждения.

Предметные результаты

Обучающиеся научатся:

- объяснять смысл основных терминов и понятий (в рамках изученного материала);
- характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и ликвидацией их последствий (в рамках изученного материала);
- раскрывать особенности семьи как важного социального института; характеризовать факторы, влияющие на взаимоотношения в семье;
- выявлять положительные и отрицательные факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;
- раскрывать правила и особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;
- классифицировать и характеризовать основные виды чрезвычайных ситуаций, отличать особенности каждого вида;

- анализировать и оценивать различные ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни отдельного человека и населения в масштабах региона;
- различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, техногенные, социальные); приводить информацию о таких ситуациях;
- предвидеть возможные последствия своих действий и поведения в различных ситуациях;
- проявлять стремление противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, сверстников и взрослых;
- организовывать режим и распорядок своей жизнедеятельности, включая в неё двигательную активность, закаливание и другие мероприятия;
- проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, при пользовании бытовыми электрическими и газовыми приборами;
- правильно ориентироваться в дорожной обстановке, строго соблюдать Правила дорожного движения;
- оказывать первую помощь при различных травмах.

Содержание курса «Школа безопасности»

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя

Особенности организма человека. Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм. Укрепление нервной системы, тренировка сердца, дыхательной системы. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии.

Здоровье органов чувств. Охрана органов чувств. Первая помощь при попадании в глаз инородного тела.

Как вести здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье. Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).

Движение — это жизнь. Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.

Закаливание как условие сохранения и укрепления здоровья. Правила закаливания младшего подростка.

Компьютер и здоровье. Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление.

Мой безопасный дом

Безопасный дом. Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные и насекомые, распространяющие инфекцию (мыши, тараканы, клопы). Техника безопасности в доме. Первая помощь при ушибах, отравлении химическими веществами (парами клея, краски, газом) и поражении электрическим током.

Школьная жизнь

Выбор пути: безопасная дорога в школу. Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога. Выбор безопасного пути в школу. Правила поведения на дорогах и улицах. Оценка пешеходом дорожной ситуации. «Дорожные ловушки» — способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. Школьник как

пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта.

Правила поведения в школе. Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы. Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Может ли общение привести к беде. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечениях. Помощь заболевшему ребёнку.

Ориентирование в школьных помещениях. Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. Помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.

Практические работы

Измерение пульса, проверка выносливости; тренировка дыхательной системы; проверка степени загрязнения воды; анализ режима питания; овладение приёмами тренировки глаз; проверка уровня физической подготовки учащегося; составление программы закаливания; освоение правил пользования компьютером; выбор безопасного маршрута от дома до школы; оценка дорожной обстановки; освоение правил дорожного движения; выбор правильного решения в конфликтной ситуации; эвакуация из здания школы; действия при пожаре в школе

Проектная деятельность по теме «Органы чувств человека».

6 класс

Содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности» Введение

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

На игровой площадке

Подготовка к прогулке. Выбор одежды и обуви с учётом погоды и планируемых подвижных игр.

Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде. Зимние игры, безопасность при езде на санках-ледянках. Первая помощь при переломах и вывихах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск.

Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Первая помощь при укусе собаки.

На природе

Ориентирование на местности. Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, Солнцу и часам; Полярной звезде; местным признакам. Измерение расстояния на местности.

Опасности, которые могут встретиться во время прогулок. Общие правила поведения во время экскурсий на природу. Правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности и др.). Опасные встречи (животные, насекомые, змеи). Первая помощь при укусе насекомого, змеи. Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные преграды.

Туристический поход: радость без неприятностей

Правила организации безопасного туристического похода. Подготовка к походу: сбор снаряжения, продуктов. Одежда и обувь для похода. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок.

Режим дня в туристическом походе. Правила организации режима дня путешественника: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр.

Первая помощь при потёртостях кожи, пищевых отравлениях, ожогах. Походная аптечка. Лечебные травы.

Когда человек сам себе враг

При каких обстоятельствах человек сам себе враг. Вредные привычки и пагубные последствия курения и употребления алкоголя для растущего организма.

Практические работы

Оказание первой помощи при лёгких травмах; оказание первой помощи при переломах; оценка поведения собаки; выбор ориентиров на местности; ориентирование на местности по компасу; определение сторон света по Солнцу и часам; определение сторон света по местным приметам; измерение расстояния шагами; оказание доврачебной помощи при укусах насекомых и змей; обучение приёмам искусственного дыхания; составление режима для многодневного туристического похода; определение отличительных признаков ядовитых грибов.

Проектная деятельность по темам «Курить — здоровью вредить», «Экскурсия в природу»

7 класс

Введение. Основы безопасности жизнедеятельности.

Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.

Здоровый образ жизни. Что это?

Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья. Что такое физическое здоровье. Значение физической культуры для здоровья человека. Хорошее физическое состояние обеспечивает здоровье и эмоциональное благополучие человека.

Закаливание как способ тренировки организма. Правила личной гигиены.

Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье. Белки — строительный материал для организма; углеводы и жиры — источник энергии для организма. Продукты питания как экологический фактор. Питание и болезни. Диета.

Психическое здоровье — эмоциональное благополучие человека. Способность управлять эмоциями, спокойно решать возникающие проблемы. Использование релаксационных упражнений как средства регулирования своего эмоционального состояния, развитие способности «властвовать собой». Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность. Человек — социальное существо, член общества. Социальная среда — обязательное условие развития человека. Отношения с

окружающими людьми — показатель социального здоровья человека. Общение — ценная деятельность человека. Учение — социально важная деятельность, обеспечивающая прогресс общества. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.

Репродуктивное здоровье — способность человека к воспроизведению. Половое созревание — особенность подросткового и юношеского возраста. Подготовка организма к

деторождению. Чистота тела — одно из условий репродуктивного здоровья. Риски старшего подросткового возраста

Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни

Пожар — чрезвычайная ситуация. Причины пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков. Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах. Залив жилища. Причины заливов помещений. Правила поведения при заливах.

Электричество при неправильном использовании может быть опасным. Правила пользования электроприборами. Оценка обстановки при электротравмах, первая помощь.

Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом. Правила безопасности при пользовании бытовой химией.

Досуг в городе; каких мест лучше избегать. Как вести себя на улице. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. Подручные средства самообороны. Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер. Экстрим в игре и спорте. Неразорвавшиеся боеприпасы.

Тематическое планирование 5 класс

№п/п	Раздел, тема	Количество часов	Целевые приоритеты воспитания
	Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя -	14	- вовлечение школьников в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения, получить опыт участия в социально значимых делах; - формирование в кружках, секциях, клубах, студиях и т.п. детско-взрослых общностей, которые могли бы объединять детей и педагогов общими позитивными
	Мой безопасный дом	3	
	Итого	17	

			<p>эмоциями и доверительными отношениями друг к другу;</p> <ul style="list-style-type: none"> - создание в детских объединениях традиций, задающих их членам определенные социально значимые формы поведения; - поддержку в детских объединениях школьников с ярко выраженной лидерской позицией и установкой на сохранение и поддержание накопленных социально значимых традиций; - поощрение педагогами детских инициатив и детского самоуправления.
--	--	--	---

Тематическое планирование 6 класс

№п/п	Раздел, тема	Количество часов	Целевые приоритеты воспитания
	На природе	5	<p>- вовлечение школьников в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения, получить опыт участия в социально значимых делах;</p> <p>- формирование в кружках, секциях, клубах, студиях и т.п. детско-взрослых общностей, которые могли бы объединять детей и педагогов общими позитивными</p>
	Туристский поход: радость без неприятностей	7	
	Первая помощь пострадавшему в походе	2	
	Когда человек сам себе враг	2	
	Итоговое занятие	1	
	Итого	17	

			<p>эмоциями и доверительными отношениями друг к другу;</p> <ul style="list-style-type: none"> - создание в детских объединениях традиций, задающих их членам определенные социально значимые формы поведения; - поддержку в детских объединениях школьников с ярко выраженной лидерской позицией и установкой на сохранение и поддержание накопленных социально значимых традиций; - поощрение педагогами детских инициатив и детского самоуправления.
--	--	--	---

Тематическое планирование 7 класс

№п/п	Раздел, тема	Количество часов	Целевые приоритеты воспитания
1	Введение. Основы безопасности жизнедеятельности.	1	<p>- вовлечение школьников в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения, получить опыт участия в социально значимых делах;</p> <p>- формирование в кружках, секциях, клубах, студиях и т.п. детско-взрослых общностей, которые могли бы объединять детей и педагогов общими позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу;</p>
	Здоровый образ жизни	7	
	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни	2	
	Итоговое занятие	1	
	Итого	17	

			<ul style="list-style-type: none"> - создание в детских объединениях традиций, задающих их членам определенные социально значимые формы поведения; - поддержку в детских объединениях школьников с ярко выраженной лидерской позицией и установкой на сохранение и поддержание накопленных социально значимых традиций; - поощрение педагогами детских инициатив и детского самоуправления.
--	--	--	--

Календарно-тематическое планирование 5 класс.

№п/п	Тема занятия	Количество часов	Дата план	Дата факт
Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя -14ч.				
За что «отвечают» системы органов -1 ч.				
1.	Организм человека и его безопасность. За что «отвечают» эти системы органов, их характеристика	1	05.09	
Укрепляем нервную систему -1ч.				
2.	Строение нервной системы человека. Как укреплять нервную систему	1	12.09	
Тренируем сердце -1ч.				
3.	Сердце и его роль в жизнедеятельности организма . О чём рассказывает пульс. Тренировка сердца. Практическая работа «Измерение пульса»	1	19.09	

Развиваем дыхательную систему – 1ч.				
4.	Дыхательная система человека, её функции и значение. <i>Практическое занятие «Упражняем дыхательную систему (дыхательные упражнения)»</i>	1	26.09	
Питаемся правильно -1 ч.				
5.	Правильное (рациональное) питание. Питание школьника-подростка. Практическая работа «Меню для подростка»	1	03.10	
Здоровье органов чувств -1 ч.				
6.	Здоровье органов чувств. Первая помощь при повреждении глаз. Сохранение зрения. <i>Практическая работа «Тренировка глаз»</i>	1	10.10	
Психическое здоровье человека – 1ч.				
7.	Показатели психического здоровья и нездоровья. Стресс	1	17.10	
Социальное здоровье человека -1ч.				
8.	Умеем ли мы общаться.	1	24.10	
Как вести здоровый образ жизни – 1ч.				
9.	Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье	1	07.11	
Чистота — залог здоровья -2ч.				
10.	Правила личной гигиены. Заболевания, вызванные несоблюдением правил гигиены	1	14.11	
Движение — это жизнь – 2ч.				
11.	Положительное влияние физкультуры на организм человека	1	21.11	
12.	Программа повышения уровня своей физической подготовки. <i>Практическая деятельность:</i> выполнение физических упражнений	1	28.11	
Поговорим о закаливании -2 ч.				
13.	Закаливание. Правила закаливания. <i>Практическая работа:</i> составление программы закаливания	1	05.12	

Компьютер и здоровье -1ч.				
14.	Подросток и компьютер. <i>Практическое занятие</i> «Правила работы с компьютером». Безопасность в Интернете	1	12.12	
Мой безопасный дом – 3 ч.				
Наводим в доме чистоту -1ч.				
15.	Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте <i>Практическая работа:</i> Составление плана уборки квартиры	1	19.12	
Дела домашние: техника безопасности- 2 ч.				
16.	Безопасное электричество и безопасный газ. <i>Практическая работа</i> «Действия при пожаре»	1	26.12	
17.	Итоговое занятие. Игра «Вперед, к здоровому образу жизни!»	1	09.01	
Календарно-тематическое планирование 6 класс				
№п/п	Тема занятия	Количество часов	Дата план	Дата факт
На природе -5 ч.				
Умеете ли вы ориентироваться?- 2ч				
1.	Что такое ориентир. Ориентирование на местности. Измерение расстояния на местности	1	02.09	
2.	Как подать сигналы о помощи	1	09.09	
Правила поведения во время прогулок и на экскурсии- 1ч.				
3.	Характеристика опасностей, которые могут встретиться во время прогулок на природе. Общие правила поведения во время экскурсий в природу	1	16.09	
Если встретилась опасность – 1 ч.				
4.	Правила поведения в экстремальных (аварийных) ситуациях. Опасные встречи.	1	23.09	
Вода таит опасности – 1 ч.				

5.	Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания Первая помощь при судорогах, солнечном ударе. Первая помощь при утоплении	1	30.09	
Туристский поход: радость без неприятностей -7 ч				
Правила организации туристского похода -2 ч.				
6.	Правила организации туристского похода . <i>Практическая работа:</i> <i>«Что мы берём в поход»</i>	1	07.10	
7.	Освоение туристических узлов	1	14.10	
Безопасный отдых и туризм -1 ч.				
8.	Обеспечение безопасности в туристском походе. Факторы выживания в природных условиях. Преодоление страха.	1	21.10	
Походная аптечка-1 ч.				
9.	Походная аптечка	1	04.11	
Знакомимся с лекарственными растениями -1 ч.				
10.	Знакомимся с лекарственными растениями .Составление описания лекарственного растения (по выбору) с использованием дополнительной литературы	1	11.11	
Режим дня в многодневном туристском походе -1 ч.				
11.	Режим дня в туристском походе. Правила организации сна, отдыха, передвижения. Определение места для бивака	1	18.11	
Походная еда -1ч.				
12.	Организация питания в походе <i>Практическая работа: составление памятки «Питьевой режим и меню питания туристов в походе (на экскурсии)»</i>	1	25.11	

Первая помощь пострадавшему в походе -2ч				
13.	Первая помощь при потёртостях кожи, пищевых отравлениях, ожогах	1	02.12	
14.	<i>Практическая работа: сравнение особенностей ядовитых и съедобных грибов</i>	1	09.12	
Когда человек сам себе враг -2ч.				
Алкоголь наносит удары по организму– 1 ч.				
15.	Причины возникновения вредных привычек. Вред алкоголя для организма подростка, его здоровья и самочувствия	1	16.12	
Курение убивает -1ч.				
16.	«Мода» на курение среди молодёжи .Проектная деятельность: «Какие вредные вещества содержатся в одной сигарете?»	1	25.12	
17.	Итоговое занятие. Квест « Ключи безопасности»	1	13.11	

Календарно-тематическое планирование 7 класс

№п/п	Тема занятия	Количество часов	Дата план	Дата факт
Введение. Основы безопасности жизнедеятельности 1ч.				
1.	Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.	1	02.09	
Здоровый образ жизни -8 ч.				
2.	Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья	1	9.09	
3.	Закаливание как способ тренировки организма	1	16.09	

4.	Правила личной гигиены	1	23.09	
5.	Правила рационального питания	1	30.09	
6.	Психическое здоровье — эмоциональное благополучие человека	1	07.10	
7.	Использование релаксационных упражнений как средства регулирования своего эмоционального состояния, развитие способности «властвовать собой»	1	14.10	
8.	Компьютер и здоровье. Информационная безопасность	1	21.10	
9.	Круг интересов человека. Фанаты и поклонники	1	04.11	
10.	Репродуктивное здоровье	1	11.11	
Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни -6 ч.				
11.	Пожар — чрезвычайная ситуация. Причины пожаров	1	18.11	
12.	Опасное электричество	1	25.11	
13.	Правила пользования газовыми приборами	1	02.12	
14.	Досуг в городе; каких мест лучше избегать	1	09.12	
15.	Правила поведения при нападении. Подручные средства самообороны	1	16.12	
16.	Экстрим в игре и спорте. Неразорвавшиеся боеприпасы	1	23.12	
Итоговое занятие – 1 ч.				
17.	Квест «Ключи безопасности»	1	13.01	