

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**Копниной Людмилы Николаевны**  
**курса внеурочной деятельности**  
**социального направления**  
**«Школа безопасности»**

Возраст: 13-14 лет  
Срок реализации: 1 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности социального направления «Школа безопасности» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС ООО), авторской программы: Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 классы: рабочая программа / Н.Ф. Виноградовой, Д.В. Смирнов, А.Б.Таранин. - М.: Просвещение, 2021.

В рабочей программе предусмотрено следующее распределение часов: 35 часов, 1 час в неделю (35 недель).

Рабочая программа может реализовываться с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

### **Особенности реализации программы внеурочной деятельности:**

В настоящее время вопросы обеспечения безопасности жизнедеятельности стали одной из самых насущных потребностей каждого человека, общества и государства, возрастает роль и ответственность системы образования в деле подготовки населения в области безопасности жизнедеятельности и выработки у граждан Российской Федерации привычек здорового образа жизни.

Жизнедеятельность человека привела к появлению глобальных проблем в области безопасности жизнедеятельности. Слабая подготовка населения в вопросах безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, несоблюдение населением правил дорожного движения и пожарной безопасности, пренебрежение правилами и нормами здорового образа жизни в большинстве случаев являются причиной несчастных случаев и гибели людей.

Программа «Школа безопасности» ориентирована на создание у школьников правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации, на формирование у учащихся навыков безопасного поведения в медиапространстве и профилактику негативного влияния современных IT-технологий на психику школьников.

**Цель:** формирование системы теоретических знаний и умений безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья.

#### **Задачи:**

- Овладеть умениями предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.
- Формировать у обучающихся модель безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и чрезвычайных ситуациях социального характера.
- Формировать у обучающихся навыки безопасного поведения в медиапространстве, профилактика негативного влияния современных IT-технологий на психику школьников.
- Формировать индивидуальную систему здорового образа жизни (значение двигательной активности и закаливания для здоровья человека, гигиена питания).
- Воспитывать чувство ответственности за личную безопасность, ответственного отношения к личному здоровью и жизни.

Деятельность предусматривает поиск необходимой недостающей информации в энциклопедиях, справочниках, книгах, на электронных носителях, в интернете, СМИ и т.д.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения курса.**

#### **Личностные результаты:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

- воспитание ответственного отношения к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

#### **Метапредметные результаты:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
- формирование духовно-нравственных качеств учащихся для снижения опасности быть вовлеченным в экстремистскую и террористическую деятельность.

#### **Предметные результаты:**

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- умения оказывать первую медицинскую помощь;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **Раздел 1. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни (12час.)**

#### *Безопасность на улице (1 час)*

Опасности в городе и сельской местности. Криминальные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминальной ситуации. Безопасность на улице. Знание своего села и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по поселку, знание расположения безопасных зон (зоны повышенной опасности).

#### *Правила поведения участников дорожного движения (2 час.)*

Причины возникновения ДТП и возможные последствия. Ответственность участников дорожного движения. Использование вело и мото-техники.

#### *Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте (1 час)*

Железнодорожный транспорт. Железная дорога – зона повышенной опасности. Действия при аварии на железнодорожном транспорте.

#### *Безопасность в общественных местах, в школе (1 час)*

Общественные места. Правила безопасности в общественных местах, в толпе, в школе. Ответственность за нарушение правил поведения в общественных местах.

*Общие правила безопасного поведения дома (1 час)*

Дом, как жилище человека. Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть дома. Безопасность у телефона. «Незванные гости» в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома. Телефоны аварийных служб.

*Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни (1 час)*

Пожар. Взрыв газа. Затопление. Отравление. Поражение электрическим током. Общие правила безопасного поведения в быту. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером.

*Пожар в жилище и причины его возникновения (1 час)*

Пожар в жилище и причины его возникновения.

*Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности (1 час)*

Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре.

*Практическое занятие по пожарной безопасности (1 час)*

Первичные средства пожаротушения. Организация тушения пожара.

*Советы по безопасности (2 час.)*

Общие правила безопасного поведения. Творческая работа в группах, выпуск буклетов, памяток.

## **Раздел 2. Медиабезопасность (10 час.)**

*Сохранение физического и психического здоровья при работе за компьютером (2 час.)*

Здоровьесберегающие технологии при работе на ПК в общеобразовательных учреждениях. Профилактика нарушений здоровья детей в современной информационной среде. Гигиенические требования к организации занятий с использованием новых информационно-компьютерных технологий. Негативное воздействие компьютера на психическое здоровье детей. Воздействие компьютера на психическое здоровье детей. Уход от реальности. Признаки, характерные для игромании, как разновидности зависимого поведения. Стресс при работе с компьютером. Способы его профилактики и коррекции.

*Опасность, подстерегающая в сети Интернет (1 час.)*

Риск получения ребенком доступа к информации, причиняющей вред эмоциональному и психическому здоровью детей и подростков. Основные угрозы безопасности детей в Интернете: заражение вредоносным ПО, неконтролируемые покупки, киберхулиганы, злоупотребление общим доступом к файлам, неприличный контент, вторжение в частную жизнь. Советы по безопасности при работе на общедоступном компьютере.

*Безопасное общение детей в Интернете: социальные сети, чаты, электронная почта (1 час.)*

Противостояние угрозам из Интернета. Инструкции по безопасному общению в чатах, социальных сетях, электронной почте. Интернет-этика поведения в Интернете. Безопасное общение при использовании мобильной (сотовой) связи.

*Виртуальная зависимость и пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам (2 час.)*

Профилактика Интернет - зависимости. Преодоление Интернет - зависимости у детей и подростков.

*Защита персональных данных (2 час.)*

Категории персональных данных. Закон о персональных данных. В каких системах используются ПД. Электронная подпись.

*Основы безопасности при общении в социальных сетях (2 час.)*

Творческая работа в группах: изготовление плакатов социальной рекламы по безопасному Интернету, презентация.

## **Раздел 3. Основы здорового образа жизни и медицинских знаний (12 час.)**

*Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни» (1 час)*

Раскрыть понятие «здоровье», культура здорового образа жизни, влияние наследственности, экология, качество медицинского обслуживания и вредных привычек на организм. Составляющие ЗОЖ, раскрыть значение культуры здорового образа жизни для сохранения, опасность вредных привычек для организма.

*Основы закаливания и его значение в укреплении здоровья (1 час)*

Формировать представление о процессе закаливания, значении принципов постепенности и систематичности в закаливающих процедурах, познакомиться с закаливающими факторами и результатами их воздействия на организм и здоровья человека.

*Движение – это жизнь (2 час.)*

Показать значимость двигательной активности в формировании систем органов и развития выносливости, повышение работоспособности, научить составлять комплекс упражнений, наиболее приемлемых для данного возраста. Рассмотреть влияние различных видов спорта на здоровье человека. Познакомить с достижениями спортсменов-олимпийцев.

*Профилактика заболеваний – необходимое условие сохранения здоровья (2 час.)*

Сформировать представление о профилактике и её значение в сохранении здоровья и защите организма от инфекций, познакомиться с основными путями распространения гриппа и желудочно-кишечных заболеваний и мерами предупреждения этих распространенных заболеваний.

*Чистота – залог здоровья (1 час)*

Познакомить со значимостью чистоты тела и жилища, как необходимыми условиями сохранения здоровья, раскрыть сущность понятия «экология жилища».

*Культура потребления медицинских услуг (1 час.)*

Фармакология, достижения фармакологии. Лекарства: польза или вред? Правила приема лекарственных препаратов. Опасность самолечения. Домашняя аптечка. Вакцинация населения. Привычки и здоровье.

*Виды травм и первая помощь (4 час.)*

Понятие «первая доврачебной помощи», наиболее часто встречающиеся виды травм и способы оказания помощи, раскрыть значимость своевременных мероприятий в процессе выздоровления. Практические навыки оказания ПП.

#### **Раздел 4. Итоговый проект (1 час)**

С целью выявления уровня усвоения программного материала учащиеся в конце учебного года оформляют проект по выбранной ими теме.

Содержание курса внеурочной деятельности строится на основе деятельностного подхода. Занятия предусматривают использование следующих видов деятельности: игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение.

Предполагается активное освоение курса в разнообразных формах организации:

<b>Очное обучение</b>	<b>Дистанционное обучение</b>
Беседа, презентация, практическое задание, тренировка, ситуационные задачи, игра, тестирование, творческая работа, групповая работа, викторины	Презентация, практическое занятие, проект

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, В ТОМ ЧИСЛЕ С УЧЕТОМ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ**

№ п/п	Наименование раздела программы, тема	Часы учебно-го времени	Целевые приоритеты воспитания
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни</b>	<b>12</b>	1. Развитие ценностного отношения к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека. 2. Формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности. 3. Развитие познавательных интересов и способностей учащихся. 4. Развитие умений и навыков ориентирования в информационной среде. 5. Развитие ценностного отношения к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.
1.1.	Безопасность на улице	1	
1.2.	Правила поведения участников дорожного движения	2	
1.3.	Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте	1	
1.4.	Безопасность в общественных местах, в школе	1	
1.5.	Общие правила безопасного поведения дома	1	
1.6.	Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни	1	
1.7.	Пожар в жилище и причины его возникновения	1	
1.8.	Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности	1	
1.9.	Практическое занятие по пожарной безопасности	1	
1.10.	Советы по безопасности	2	
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. Медиабезопасность</b>	<b>10</b>	
2.1.	Сохранение физического и психического здоровья при работе за компьютером	2	
2.2.	Опасность, подстерегающая в сети Интернет	1	
2.3.	Безопасное общение детей в Интернете: социальные сети, чаты, электронная почта	1	
2.4.	Виртуальная зависимость и пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам	2	
2.5.	Защита персональных данных	2	
2.6.	Основы безопасности при общении в социальных сетях	2	
<b>3</b>	<b>Раздел 3. Основы здорового образа жизни и медицинских знаний</b>	<b>12</b>	
3.1.	Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни»	1	
3.2.	Основы закаливания и его значение в укреплении здоровья	1	
3.3.	Движение – это жизнь	2	
3.4.	Профилактика заболеваний – необходимое условие сохранения здоровья	2	
3.5.	Чистота – залог здоровья	1	
3.6.	Культура потребления медицинских услуг	1	
3.7.	Виды травм и первая помощь	4	
4	<b>Раздел 4. Итоговый проект</b>	<b>1</b>	