

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Центр образования №9»

РАССМОТРЕНО
на заседании Педагогического совета
Протокол № 12 от 31 августа 2023 г.

ПРИЛОЖЕНИЕ
к ООП ООО

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности «Школа безопасности»
для обучающихся 5 класса

МО г. Новомосковск
2023

Содержание учебной программы

РАЗДЕЛ I. Основы комплексной безопасности (22 часов)

Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека. (5 часов)

Роль городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации для человека, которые могут возникнуть в городе.

Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище; меры по их профилактике.

Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.

Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения (город - столица, город-порт и др.). Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе: со взрослыми и сверстниками, с незнакомым человеком.

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера. (6 часов)

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения.

Регулирование дорожного движения; дорожная разметка; дорожные знаки; светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

Пешеход - участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.

Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Меры безопасности при поездке железнодорожным транспортом. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище; личная безопасность при пожаре.

Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, с бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

Тема 3. Опасные ситуации природного характера. (2 часа)

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения в предвидении и во время опасных природных явлений.

Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

Тема 4. Опасные ситуации социального характера. (3 часа)

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации.

Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.

Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знания расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

РАЗДЕЛ II.

ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ (6 часов)

Тема 5. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. (6 часов)

Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы. Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационно-опасных объектах; аварии на пожаровзрыво-опасных объектах; аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Действия населения при оповещении об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации.

Организация эвакуации населения.

Правила безопасного поведения при проживании на радиоактивно загрязненной местности.

РАЗДЕЛ III.

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (5 часов)

Тема 6. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни. (3 часа)

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основное, составляющее здорового образа жизни.

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой - обязательные условия для укрепления и сохранения здоровья.

Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода. Гигиена питания.

Тема 7. Факторы, разрушающие здоровье (2 часа)

Вредные привычки, их отрицательное влияние на развитие способностей человека и на его здоровье.

Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек.

РАЗДЕЛ IV.

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ (8 часов)

Тема 8. Первая медицинская помощь и правила ее оказания. (8 часов)

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи.

Ситуации, при которых следует немедленно вызывать скорую медицинскую

помощь, правила ее вызова.

Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.

Последовательно отрабатываются навыки в оказании первой медицинской помощи:

- при ушибах;
- при ссадинах;
- при носовом кровотечении.

Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях.

По выбору преподавателя отрабатываются навыки по оказанию первой медицинской помощи при отравлении:

- медикаментами;
- препаратами бытовой химии; кислотами; щелочами; никотином; угарным газом.

Планируемые результаты.

Личностными результатами являются:

- развитие личностных, в том числе духовно-нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от различных опасностей;
- формирование потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметными результатами являются:

- умение анализировать причины возникновения опасных повседневных и природных ситуаций;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в опасных ситуациях;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли.

Предметными результатами являются:

- формирование установки на здоровый образ жизни;
- знание основных опасных ситуаций природного и техногенного характера;
- знание и умение применять правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций;
- умение предвидеть опасные ситуации;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки;
- умение участвовать в обсуждении, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- умение оказывать первую помощь пострадавшим.

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Тип занятий
1	Город - как среда обитания человека.	1	Лекция
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	1	Лекция
3	Особенности природных условий в городе.	1	беседа
4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.	1	Комбинированный
5	Основы безопасности жизнедеятельности человека	1	Комбинированный
6	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения.	1	лекция
7	Пешеход. Безопасность пешехода	1	Комбинированный
8	Пассажир. Безопасность пассажира.	1	Комбинированный
9	Водитель.	1	Комбинированный
10	Пожарная безопасность	1	Беседа
11	Безопасное поведение в бытовых ситуациях.	1	Комбинированный
12	Погодные условия и безопасность человека.	1	лекция
13	Безопасность на водоемах.	1	лекция
14	Криминогенные ситуации и личная безопасность	1	комбинированный
15	Обеспечение личной безопасности дома.	1	беседа
16	Обеспечение личной безопасности на улице.	1	беседа
17	Чрезвычайные ситуации природного характера	1	беседа
18	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1	комбинированный
19 20 21 22	Практические занятия по отработке действий в случае возникновения Ч.С. природного и техногенного характера(4 ч.)	4	комбинированный
23	О здоровом образе жизни	1	лекция
24	Двигательная активность и закаливание организма	1	Комбинированный

	-необходимые условия укрепления здоровья.		
25	Рациональное питание. Гигиена питания.	1	Комбинированный
26	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	1	Комбинированный
27	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек.	1	беседа
28 29	ПП при различных видах повреждений.	2	комбинированный
30	Оказание первой медицинской помощи при ушибах.	1	Практическая работа
31	Оказание первой медицинской помощи при вывихе.	1	Практическая работа
32	Оказание первой медицинской помощи при ссадинах.	1	Практическая работа
33	ПМП при отравлениях	1	Практическая работа
34	ПМП при отравлениях.	1	Практическая работа