

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №3

Принято
на заседании педагогического
совета
Протокол от «31» 08.2023 г.
№ 1

Утверждаю
Директор школы
_____ О.Д. Лаптева Галкина_
Приказ от «31» 08.2023 г.
№ 42-д

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско - краеведческой направленности
«Школа безопасности»**

Возраст обучающихся: 13-15 лет
Срок реализации: 1 год

Автор –составитель:
Гуренков Юрий Вячеславович,
преподаватель ОБЖ,
высшей квалификационной категории

Пояснительная записка

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа туристско –краеведческой направленности «Школа безопасности» составлена на основе рабочих программ для общеобразовательных организаций по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-9 и 10-11 классов, авторы Смирнов А.Т. и Хренников Б.О., предметная линия учебников под ред. А.Т. Смирнова, издательство «Просвещение», 2014-2018 г.. Программа соответствует федеральному компоненту Государственного стандарта основного общего и среднего (полного) общего образования, с учётом регионального компонента и комплексного подхода к формированию у обучающихся современного уровня культуры безопасности и подготовки их к военной службе при модульной структуре содержания курса ОБЖ. В программу включён раздел «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации». Основу содержания данного раздела составляют рекомендации по формированию у обучающихся антитеррористического поведения, навыков безопасного поведения при угрозе террористического акта. Кроме того, при разработке программы учтены основные положения Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года и Концепции федеральной системы подготовки граждан Российской Федерации к военной службе на период до 2020 года.

Подготовка подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности должна основываться на системно-деятельностном подходе к формированию у подростков современного уровня правил здорового и экологически целесообразного образа жизни, безопасного для человека и окружающей его среды, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения.

Актуальность программы. Среди предметов естественнонаучного цикла ключевое место в формировании личности безопасного типа принадлежит учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности». Школьная программа этого предмета требует от учащихся усвоения большого объёма теоретических знаний и отработку практических умений и навыков. Сложности обучения этому интересному и важному предмету зачастую возникают в силу слабой учебно-материальной базы, не позволяющей качественно закрепить полученные знания на практике, отсутствия специалистов. Программа дополнительного образования «Школа безопасности» решает проблему отработки практических навыков поведения в экстремальных ситуациях, способствует устойчивому познавательному интересу учащихся и предоставляет дополнительные возможности для развития их способностей.

Новизна программы. Содержание программы подобрано таким образом, чтобы в полном объёме использовать многообразие элементов материальной базы школьного кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Цели основного общего образования:

1. Формирование целостного представления о мире, основанного на приобретенных знаниях, умениях и способах деятельности.

2. Приобретение опыта разнообразной деятельности, опыта познания и самопознания.

Цели призваны способствовать:

- повышению уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формированию антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечению профилактики антисоциального поведения обучающихся.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких **учебных задач**, как:

- формирование у обучающихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- воспитание антитеррористического поведения и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Личностными результатами обучения являются:

- 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 сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Место курса в учебном плане

Программа рассчитана 2ч в неделю. Всего 72 часа в год. Объём для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» определён на базовом уровне.

Особенности организации учебного процесса

Норма наполнения группы – 15 человек, 2 группы. Возраст обучающихся 13-15 лет.

Планируемые результаты освоения курса

Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать,

самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Требования к предметным результатам изучения базового уровня ОБЖ в основной школе (5-9 классы):

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- 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;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение 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 и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

• **Учебно – тематическое планирование**

№	Раздел, тема урока	Количество часов			Форма контроля/аттестация
Личная безопасность в повседневной жизни (32 часов)					
1	Понятие об автономном существование человека.	2	2		
2	План действий.	2	2		
3	Сигналы бедствия.	2	1	1	
4	Жилище, сигналы бедствия.	2	2		
5	Добывания огня. Сигналы бедствия.	2	2		
6	Сигналы бедствия. Жилище.	2	1	1	

7	Добывания огня, пищи и воды.	8	4	4	
8	Лечение заболеваний. Лекарственные растения.	4	2	2	
9	Лечение заболеваний лекарственными травами.	8	4	4	Тест
Пожарная безопасность (6 часов)					
10	Пожар.	2	1	1	
11	Средства тушения пожара.	2	1	1	
12	Природные пожары.	2	2		Разбор ситуации
Чрезвычайные ситуации природного характера нашего региона (2 часа)					
13	Действие при ЧС природного характера.	2	1	1	
Опасные ситуации социального характера (4 часа)					
14	Психологические основы самозащиты.	2	2		
15	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.	2	1	1	
16	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства. Как избежать опасных домогательств.	2	1	1	Разбор ситуации
17	Правила поведения при захвате в заложники.	2	1	1	
Загрязнение среды обитания (8 часов)					
18	Загрязнение воды.	2	1	1	
19	Загрязнение воздуха.	2	1	1	
20	Загрязнение почвы.	2	1	1	Исследовательская работа
Средства индивидуальной защиты органов дыхания (2 часа)					
21	Фильтрующие противогазы.	2	1	1	
Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (6 часов)					
22	Виды ранений, их причины и первая помощь.	2	1	1	
23	Общая характеристика кровотечений.	2	2		
24	Первая помощь при кровотечении.	2		2	Разбор ситуации
Основы здорового образа жизни (12 часов)					
25	Движение и здоровье.	2	2		
26	Нарушения осанки и причины их возникновения.	2	2	2	
27	Телевизор и компьютер — друзья или враги?	2	2		
28	Развитие и изменение организма в вашем возрасте.	2	2		
30	Физическое и нравственное взросление человека.	2	1	1	Составления кроссворда
	Итого:	72	47	25	

Содержание учебного предмета

ЛИЧНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ (32 часа)

Вводное занятие. Инструктаж. Понятие об автономном существовании 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.

План действия. 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.

Сигналы бедствия. 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.

Жилище Причины затопления и его возможные последствия. Меры по предотвращению затопления. Правила поведения при затоплении жилища.

Добывания огня Основные виды электрических и электронных приборов, используемых в быту. Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Меры по предотвращению поражения электрическим током.

Добывания пищи и воды 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. Правила хранения опасных веществ и средств бытовой химии. Причины отравления продуктами питания и меры профилактики. Действия при первых признаках отравления.

Лечение заболеваний. Лекарственные растения. Причины и последствия взрыва. Правила безопасного поведения в случае взрыва в квартире.

ПОЖАРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ (6 часов)

Пожар. Опасные факторы пожара, их воздействие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых помещениях. Меры пожарной безопасности в быту. Что делать, если в комнате загорелся телевизор. Способы эвакуации из горящего здания. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.

Средство пожаротушения. Чего не следует делать при пожаре в квартире (доме). Правила безопасного поведения при пожаре в многоквартирном доме. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру.

Природные пожары. Причина возникновения лесных пожаров, как их избежать. Действия при попадании в зону пожаров в природных условиях.

ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА НАШЕГО РЕГИОНА(2 часа)

Действие при ЧС природного характера. Описание опасных природных явлений, характерных для нашего региона, правила поведения при попадании в чрезвычайные ситуации природного характера.

ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ СОЦИАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА(8 часов)

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

Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде. 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. Правила безопасного поведения в случае нападения в подъезде или лифте.

Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства. Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдные окраины города (населенного пункта); глухие зоны парков и скверов; места массового скопления людей и т. д. Безопасное поведение с незнакомыми взрослыми и подростками. Меры предосторожности.

Как избежать опасных домогательств. Что считается домогательством. Правила безопасного поведения во избежание домогательств. Как вести себя, если что-либо подобное произошло. Кто может помочь в такой ситуации (родители, служба психологической помощи и т. п.).

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

ЗАГРЯЗНЕНИЕ СРЕДЫ ОБИТАНИЯ(6 часа)

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

Загрязнение воды. Роль воды на Земле (в природе, промышленности, быту). Неоправданный расход воды. Причины и последствия загрязнения воды. Способы очистки воды в домашних условиях.

Загрязнение воздуха. Изменения в атмосфере и состав воздуха. Причины и последствия загрязнения воздуха (кислотные дожди, потеря здоровья). Меры по улучшению экологической обстановки в городе. Что нужно делать, чтобы дышать чистым воздухом.

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

СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ(2 часа)

Фильтрующие противогазы. Назначение фильтрующих гражданских противогазов. Модели гражданских противогазов (ГП-7, ГП-7В, ПДФ-2Ш). Составные части противогаза. Определение размера противогаза и подготовка его к эксплуатации. Положения противогаза («походное», «наготове», «боевое»); перевод в «боевое» положение. Правила пользования противогазом (ношение, проверка, надевание, снятие).

ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ (4 часа)

Виды ранений, их причины и первая помощь. Причины ранений. Понятие о ране. Общие признаки ранений. Виды ран по размеру, глубине, характеру кровотечения и т. д. Признаки закрытых повреждений. Правила оказания первой помощи при различных видах ран.

Общая характеристика кровотечений. Наружное и внутреннее кровотечения. Виды кровотечений по характеру поврежденного сосуда (венозное, артериальное, смешанное, капиллярное).

Первая помощь при кровотечении. Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета. Остановка кровотечения максимальным сгибанием, приданием конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ(12 часов)

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

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

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.

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).

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.

Литература

5.6.2.1. Герасимова Т.П., Неклюкова Н.П. География. Начальный курс. 6 кл. / Т.П. Герасимова, Н.П. Неклюкова – М.: Дрофа, 2009. – 174 с. 5.6.2.2. Ильичёв А.А. Популярная энциклопедия выживания – М.: Издательство ЭКСМО-Пресс, 2000. – 496 с. 5.6.2.3. Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т., Фролов М.П. Основы безопасности жизнедеятельности: 5 кл. / Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, под ред. Ю.Л. Воробьёва – М.: АСТ: Астрель, 2008. – 174 с. 5.6.2.4. Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т., Фролов М.П. Основы безопасности жизнедеятельности: 6 кл. / Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, под ред. Ю.Л. Воробьёва – М.: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 206 с. Для учащихся: 1. Герасимова Т.П., Неклюкова Н.П. География. Начальный курс. 6 кл. / Т.П. Герасимова, Н.П. Неклюкова – М.: Дрофа, 2009. – 174 с. 2. Ильичёв А.А. Популярная энциклопедия выживания – М.: Издательство ЭКСМО-Пресс, 2000. – 496 с. 3. Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т., Фролов М.П. Основы безопасности жизнедеятельности: 5 кл. / Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, под ред. Ю.Л. Воробьёва – М.: АСТ: Астрель, 2008. – 174 с. 4. Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т., Фролов М.П. Основы безопасности жизнедеятельности: 6 кл. / Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, под ред. Ю.Л. Воробьёва – М.: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 206 с

