

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет по образованию Санкт-Петербурга
ГБОУ гимназия № 278 имени Б.Б. Голицына
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

РАССМОТРЕНО

Педагогический совет
ГБОУ гимназии № 278 имени Б.Б.
Голицына Адмиралтейского
района Санкт-Петербурга
протокол № 9
от «23» мая 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

на заседании МО
классных руководителей
Руководитель МО:
_____ *В.К. Сурова*
протокол № 5
от «23» июня 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ гимназии №278
имени Б.Б. Голицына
Адмиралтейского района Санкт-
Петербурга
_____ Шутова В.М.
приказ № 101/1-О
от «25» мая 2024 г.

Рабочая программа
спортивно- оздоровительного направления
по курсу внеурочной деятельности
для 7-х классов на 2024/2025уч. год
«Школа безопасности»
возраст 12-13 лет

Санкт-Петербург
2024

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Школа безопасности» для 7 классов составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный Закон от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
3. Приказ Минпросвещения России от 16.11.2022 № 993 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования».
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования".
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 20.05.2020 № 254 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность».
8. Приказ Министерства образования и науки от 09.06. 2016 № 699 - об учебных пособиях, выпущенных организациями, входящими в перечень организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования.
9. Устав Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения гимназии № 278 имени Б.Б. Голицына, утвержденный распоряжением Комитета по образованию от 03.02.2015г. № 350-р.

В настоящее время возрастает роль и ответственность системы образования в деле подготовки населения в области безопасности жизнедеятельности и выработки у граждан Российской Федерации привычек здорового образа жизни. Только через образование можно обеспечить повышение уровня культуры всего населения страны в области безопасности жизнедеятельности и добиться снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства.

Наиболее полно и целенаправленно эти вопросы можно реализовывать в специальной отдельной образовательной области «Школа безопасности».

Рабочая программа учебного предмета «Школа безопасности» для 6 классов составлена на основе примерной программы, рекомендованной Управлением развития общего среднего образования Министерства образования Российской Федерации.

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. В содержание курса «Школа безопасности» входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЖ, которые систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в процессе обучения в школе, и способствует у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности.

Программа рассчитана 6 класс – 34 часа в год, 1 час в неделю

Цели и задачи:

Цель: овладение системой теоретических знаний и умений безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья

Задачи:

- Формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.
- Формирование индивидуальной системы здорового образа жизни: значения двигательной активности и закаливании для здоровья человека, о гигиене питания и профилактики вредных привычек.
- Выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, ответственности за антиобщественное поведение и участие в антитеррористической деятельности.

Место предмета в учебном плане

Данная рабочая программа предполагает обучение в объеме по 34 часа, в неделю 1 час для учащихся 6 классов.

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 сохранению окружающей природной среды, 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 по следствия 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, исключающий употребления алкоголя, наркотиков, курения и нанесения иного вреда здоровью;
- формирование экстремистской 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 поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умения оказывать первую медицинскую помощь;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- 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;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

Основные принципы реализации программы – научная обоснованность, доступность, учет возрастных особенностей школьников, практическая целесообразность, субъектность, деятельностный и личностный подходы, преемственность.

Целевая аудитория: 6 классы

Реализация программы опирается на содержание следующих предметов:

-биология -физическая культура –литература -ОБЖ

Программа предусматривает проведение занятий, работу детей в группах, парах, индивидуальная работа, работа с привлечением родителей. Занятия проводятся 1 раз в неделю в учебном кабинете, библиотеке, медиатеке, спортзале, поликлинике, на пришкольном участке. Деятельность включает проведение экскурсий, лекций, встреч с интересными людьми, соревнований, реализации проектов, и т.д.

Деятельность предусматривает поиск необходимой недостающей информации в энциклопедиях, справочниках, книгах, на электронных носителях, в интернете, СМИ и т.д. Источником нужной информации могут быть взрослые: представители различных профессий, родители, увлеченные люди, а также другие дети.

Формы занятий:

групповая работа, экскурсии, беседы, викторины, коллективные творческие дела, трудовые дела.

Формы контроля: 1. Наблюдение 2. Тестирование 3. Беседа 4. Проектная деятельность

Теоретические и практические занятия способствуют развитию устной коммуникативной и речевой компетенции учащихся, умениям:

- вести устный диалог на заданную тему;
- участвовать в обсуждении исследуемого объекта или собранного материала;
- участвовать в работе конференций, чтений.

Содержание программы:

1. Основы комплексной безопасности

Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту. Основные причины возрастания потребности современного человека в общении с природой; особенности поведения человека в природной среде для обеспечения личной безопасности; активный туризм – наиболее эффективный способ общения человека с природой.

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила Безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях.

Безопасность на водоёмах Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, буря, ураган, сели, оползни, обвалы). Чрезвычайные ситуации техногенного характера (радиационно опасные объекты, пожаровзрывоопасный объект, химически опасный объект)

Опасные ситуации социального характера

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте. Профилактика нападений и самозащита при нападении насильников и хулиганов. Самооценка поведения. Психологические приёмы самозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников.

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении заложников сотрудниками спецслужб. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

2. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни.

Раскрыть значение питания в жизнедеятельности организма, сформировать представление о гигиене питания, о необходимости правильной обработки пищи, как необходимое условие не только сохранения витаминов и других полезных веществ, но защита организма от

паразитических червей, научиться составлять меню с учетом требований рационального питания и правильного распределения кол-ва пищи в течение дня.

2. Основы здорового образа жизни

Раскрыть понятие “здорового образа жизни”, его составляющих, раскрыть значение культуры здорового образа жизни для сохранения твоего здоровья и здоровья окружающих людей, опасность вредных привычек для твоего организма и организма близких тебе людей.

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.

4. Основы медицинских знаний

Формировать представление о травмах, значении принципов оказания первой медицинской помощи, постепенности и систематичности в закалывающих процедурах, познакомиться закалывающими факторами и результатами их воздействия на организм и здоровья человека.

Оказание первой медицинской помощи

Медицинская (домашняя) аптечка. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и ушибах. Перевязочные и лекарственные средства. Первая медицинская помощь при отравлениях газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии, лекарствами.

Учебно-тематический план.

№	Название тем.	Всего часов	Количество часов		Формы контроля
			аудиторны е	внеаудиторн.	
	Основы комплексной безопасности				Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
	Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни				Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
	Основы здорового образа жизни				Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль
	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи				Самоконтроль Наблюдение Взаимоконтроль

Календарно тематический план «Школа безопасности» 6 класс

№№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Из них		УУД	Форма организации занятий	Форма контроля
			ауди торн ые	Вне аудио рные			
1. Основы комплексной безопасности - 19 ч							
Тема 1 Активный отдых на природе и безопасность					Предметные Знать основные правила определения места нахождения, общие правила безопасности во время активного отдыха на природе Метапредметные Уметь вести себя при активном отдыхе на природе Личностные Использовать приобретенные знания в повседневной жизни.		
1	Ориентирование на местности	1		1		Экскурсия	Наблюдение
2	Определение своего места нахождения и направления движения на местности	1		1		Экскурсия	Наблюдение
3	Подготовка к выходу на природу	1		1		Беседа	Самоконтроль
4	Определение места для бивака и организация бивачных работ	1		1		Экскурсия	Наблюдение
5	Определение необходимого снаряжения для похода	1		1		Беседа	Самоконтроль
6	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе	1	1			Лекция	Самоконтроль
7	Подготовка и проведение пеших походов	1		1		Экскурсия	Наблюдение
8	Подготовка и проведение лыжных походов	1		1		Беседа	Самоконтроль
9	Водные походы и обеспечение безопасности на воде	1		1		Групповая работа	Самоконтроль
10	Велосипедные походы и безопасность туристов	1		1	Групповая работа	Наблюдение	
Тема 2 Выездной туризм и меры безопасности							
11	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в	1	1			Лекция	Самоконтроль

	дальнем (внутреннем) и выездном туризме						
12	Акклиматизация человека в различных климатических условиях	1		1	Предметные Знать основные факторы безопасности человека в туризме Метапредметные Уметь обеспечить личную безопасность к местам отдыха при туризме Личностные Использовать приобретенные знания в повседневной жизни.	Беседа	Самоконтроль
13	Акклиматизация человека в горной местности	1		1		Беседа	Самоконтроль
14	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта	1		1		Лекция	Самоконтроль
15	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте	1		1		Групповая работа	Взаимоконтроль
16	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте	1		1		Групповая работа	Взаимоконтроль
Тема 3. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде							
17	Автономное существование человека в природе	1	1		Предметные Знать основные правила автономного существования человека в природе и обеспечение жизнедеятельности человека добровольной и вынужденной автономии в природной среде Метапредметные Уметь вести себя добровольной и вынужденной автономии в природной среде Личностные Использовать приобретенные знания в повседневной жизни.	Лекция	Самоконтроль
18	Добровольная автономия человека в природной среде	1		1		Беседа	Самоконтроль
19	Вынужденная автономия человека в природной среде	1		1		Беседа	Самоконтроль
20	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	1	1			Групповая работа	Взаимоконтроль
2. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни 4 ч.							
21	Опасные погодные явления	1	1		Предметные Знать основные опасные явления природы Метапредметные Уметь вести себя при опасных явлениях природы	Просмотр видео	Наблюдение

					Личностные Использовать приобретенные знания в повседневной жизни.		
22	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях	1	1		Предметные Знать правила обеспечения безопасности при встрече с дикими животными Метапредметные Уметь обеспечивать безопасность Личностные Использовать приобретенные знания в повседневной жизни.	Групповая работа	Взаимоконтроль
23	Укусы насекомых и защита от них	1	1		Предметные Знать общие правила оказания помощи при укусе насекомых и защите от них Метапредметные Уметь оказывать первую помощь при укусах насекомых Личностные Использовать приобретенные знания в повседневной жизни.	Просмотр видео	Самоконтроль
24	Клещевой энцефалит и его профилактика	1	1		Предметные Знать предназначение и общие правила оказания профилактики клещевого энцефалита Метапредметные Уметь оказывать первую помощь при укусе клеща Личностные Использовать приобретенные знания в повседневной жизни.	Беседа	Самоконтроль
3. Основы здорового образа жизни – 5ч.							
25	Здоровый образ жизни и профилактика утомления	1	1		Предметные Знать основные понятия здорового образа жизни и профилактику утомления.	Беседа	Самоконтроль

					<p>Метапредметные Выработать отрицательное и нездоровому образу жизни</p> <p>Личностные Формирования понимания ценности здоровья и безопасного образа жизни.</p>		
26	Компьютер и его влияние на здоровье	1		1	<p>Предметные Знать основные правила работы на компьютере и его влияние на здоровье</p> <p>Метапредметные Формировать основные составляющие здорового образа жизни</p> <p>Личностные Формирования понимания ценности здоровья и безопасного образа жизни.</p>	Групповая работа	Взаимоконтроль
27	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1		1	<p>Предметные Знать влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека</p> <p>Метапредметные Формировать основные составляющие здорового образа жизни</p> <p>Личностные Формирования понимания ценности здоровья и безопасного образа жизни.</p>	Беседа	Самоконтроль
28	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	1		1	<p>Предметные Знать влияние социальной среды на развитие и здоровье человека</p> <p>Метапредметные Формировать основные составляющие здорового образа жизни</p> <p>Личностные Формирования понимания ценности здоровья и безопасного образа жизни.</p>	Беседа	Самоконтроль

29	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека	1		1	<p>Предметные Знать влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека и профилактику вредных привычек.</p> <p>Метапредметные Выработать отрицательное отношение к наркотикам</p> <p>Личностные Формирования понимания ценности здоровья и безопасного образа жизни.</p>	Групповая работа	Взаимоконтроль
4. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи 5ч							
30	Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях	1	1		<p>Предметные Знать основы личной гигиены и оказание первой помощи в природных условиях</p> <p>Метапредметные Уметь оказывать первую помощь в природных условиях</p> <p>Личностные Использовать приобретенные знания в повседневной жизни.</p>	Беседа	Самоконтроль
31	Оказание первой помощи при травмах	1		1	<p>Предметные Знать общие правила оказания первой помощи при травмах</p> <p>Метапредметные Уметь оказывать первую помощь при травмах</p> <p>Личностные Использовать приобретенные знания в повседневной жизни.</p>	Просмотр видео	Взаимоконтроль
32	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге	1		1	<p>Предметные Знать общие правила при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге</p> <p>Метапредметные Уметь оказывать первую помощь при ушибах и ссадинах</p>	Групповая работа	Взаимоконтроль

					Личностные Использовать приобретенные знания в повседневной жизни.		
33	Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых	1		1	Предметные Знать общие правила оказания первой помощи при укусах змей и насекомых Метапредметные Уметь оказывать первую помощь при укусах змей и насекомых Личностные Использовать приобретенные знания в повседневной жизни.	Групповая работа	Взаимоконтроль
34	Заключительный урок	1	1			Беседа	Самоконтроль
	ВСЕГО	34	9	25			

Планируемые результаты

Результаты по внеурочной деятельности «Школа безопасности» направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

Ожидаемый результат обучения по данной примерной программе в наиболее общем виде может быть сформулирован как способность обучающихся правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера.

Таким образом, в результате изучения учебного курса «Школа безопасности» ученик должен:

Учащиеся научатся:

- раскрывать содержание понятий здоровья, здоровый образ жизни, рациональное питание.
- проводить аргументацию зависимости здоровья человека от состояния окружающей среды; необходимости соблюдения мер профилактики заболеваний, нарушения осанки, зрения, слуха, стрессов, инфекционных и простудных заболеваний;
- знать и аргументировать основные правила поведения в природе; основные принципы здорового образа жизни, рациональной организации труда и отдыха;
- знать влияние факторов риска на здоровье человека;

Учащиеся смогут научиться:

- описывать и использовать приёмы оказания первой помощи;
- прогнозировать воздействие негативных факторов на организм;
- приводить примеры негативных факторов, влияющих на здоровье;
- аргументировать в отношении поступков других людей, наносящих вред своему здоровью.
- смогут обеспечивать уход за телом и жилищем;
- взаимодействовать в группе (распределение обязанностей);
- находить необходимую информацию на различных видах носителей;
- смогут презентовать результаты собственной деятельности;

Списо учебно-методической литературы.

1. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для 6 класса. – М., Просвещение, 2014.
2. Волович, В. Г. Как выжить в экстремальной ситуации / В. Г. Волович. - М: Знание, 1990.
3. Гостюшин, А. В. Энциклопедия экстремальных ситуаций / А. В. Гостюшин. - М.: Зеркало, 1994.
4. Гражданская оборона / под ред. генерала армии А. Т. Алтунина. -М.: Воениздат, 1982.
5. Лифлянский, В. Г. и др. Лечебные свойства пищевых продуктов / В. Г. Лифлянский, В. В. Закревский, М. Н. Андропова.- М.: Терра, 1996.
6. Поляков, В. В. Безопасность человека в экстремальных ситуациях / В. В. Поляков, Е. А. Сербаринов. - М, 1992.
7. Правила поведения и действия населения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах. -М.: Воениздат, 1990.
8. Проблемы безопасности при чрезвычайных ситуациях. - М: ВИМИТ, 1993.
9. Справочник лекарственных растений. - М., 1999.
10. Справочные данные о чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и экологического происхождения. - Ч. 2. - М.: МЧС, 1995.
11. Чрезвычайные ситуации и защита от них / сост. А. Бондаренко. - М., 1998