

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Департамент образования и науки Брянской области**

**Муниципальное образование Погарский район**

**МБОУ Бобрикская СОШ**

Выписка из основной образовательной программы среднего общего образования

РАССМОТРЕНО

СОГЛАСОВАНО

Методическое объединение

Ответственный за учебную работу

классных руководителей

Привалова М. И.

протокол №1 от 21.08.2023 г.

21.08.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности**

**«Моя безопасность»**

**для обучающихся 10 классов**

Составители: учитель

Костяная Надежда Васильевна

Выписка верна: 22.08.2023

Директор школы: Стрижакова Н. Ф.

**Бобрик 2023**

## РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Личностные:** 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:** 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.

### СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ 10 класс

Раздел программы	Содержание	Виды деятельности
<b>Мое здоровье (10 часов)</b>	Понятие «здоровье ребенка», его образ жизни, в который входят следующие составляющие: питание, физическая активность, отношение к вредным привычкам, психологический микроклимат, ответственность за сохранение собственного здоровья. Правила личной гигиены, вредные привычки	Беседа, лекция, просмотр видеороликов и презентаций
<b>Взаимодействие с окружающими (10 часов)</b>	Понятие «нормы поведения». Чувства и эмоции. Приемы бесконфликтного общения. Интернет-безопасность и социальные сети. Угроза	Беседа, лекция, просмотр видеороликов и презентаций. Анализ различных

	терроризма.	ситуаций по теме. Викторина.
<b>Дорожно-транспортная безопасность (7 часов)</b>	Безопасный маршрут по дороге домой, в школу и обратно. Правила поведения при переходе проезжей части. Правила поведения в общественном транспорте. Знакомство с дорожными знаками.	Беседа, лекция, просмотр видеороликов и презентаций. Анализ различных ситуаций по теме. Тесты.
<b>Правила оказания первой помощи (8 часов)</b>	Правила оказания первой помощи при ожогах, переломах, ушибах, кровотечениях, обморожениях. Помощь при встрече с бродячими собаками.	Беседа, лекция, просмотр видеороликов и презентаций. Анализ различных ситуаций по теме. Тесты. Викторина.

### КАЛЕНДАНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема занятий	Дата проведения	
		По плану	Факт.
<b>Мое здоровье (10 часов)</b>			
1	Основные правила питания растущего организма		
2	Проблемы здоровья, связанные с неправильным питанием.		
3	Сахар – друг или враг?		
4	Физическая активность-залог успеха		
5	Иммунитет		
6	Компьютер: за и против		
7	Профилактика употребления психоактивных и наркосодержащих веществ		
8	Влияние наркосодержащих веществ на здоровье и социальный статус человека.		
9	Негативные последствия алкоголизма и табакокурения		
10	Личная гигиена		
<b>Взаимодействие с окружающими (10 часов)</b>			
11	Нравственные нормы как правила поведения		
12	Мир эмоций и чувств		
13	Секреты хорошего настроения – приемы саморегуляции.		
14	Приемы бесконфликтного общения		
15	Меры личной безопасности на улице		

16	Как не стать жертвой вербовки		
17	Интернет-безопасность.		
18	Учимся говорить «нет»!		
19	Социальные сети		
20	Терроризм – угроза обществу		
<b>Дорожно-транспортная безопасность (7 часов)</b>			
21	Правила поведения на улице		
22	Правила поведения в общественном транспорте		
23	Правила езды на велосипеде		
24	Безопасный маршрут		
25	Дорожные знаки		
26	Я- пешеход!		
27	Правила следования в пешей колонне		
<b>Правила оказания первой помощи (8 часов)</b>			
28	Первая помощь пострадавшему при ушибах и переломах		
29	Первая помощь пострадавшему при ожогах		
30	Первая помощь пострадавшему при кровотечениях		
31	Первая помощь пострадавшему при потере сознания		
32	Первая помощь пострадавшему при обморожениях		
33	Если человек поперхнулся		
34	Если на вас напала бродячая собака		
35	Правила нахождения в лесу. Укус клещей.		

## Содержание программы 11 класс

### Раздел 1. Пожарная безопасность (12 ч).

Меры для предотвращения пожаров, безопасное поведение в бытовых ситуациях, Устройство и принципы действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни: локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

Организация эвакуации. Характеристика, виды, причины пожаров, поражающие факторы пожаров, поведение, позволяющее избежать последствия пожара.

Пожарная сигнализация. Оказание первой доврачебной помощи пострадавшим при пожаре.

### Раздел 2. Дорожная азбука (10 ч)

Ответственность подростков за нарушения ПДД. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя, пешехода,

велосипедиста. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста. Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Поведение во время ДТП. Первая помощь при ДТП ( кровотечения, ушибы, переломы).

### **Раздел3. Азы безопасности (12 ч).**

Природные явления. Виды чрезвычайных ситуаций. Геологические, метеорологические, гидрологические, природные ЧС. Причины возникновения чрезвычайных ситуаций различного характера. Правила поведения во время различных ЧС. Поведение при: землетрясении, наводнении, ураганах и смерчах, извержении вулкана, лесных и других природных пожарах. Поведенческая модель, направленная на развитие коммуникабельности, самостоятельный выбор, принятие решения, ориентацию в окружающем пространстве. Безопасное поведение человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера. Оказание первой помощи при несчастных случаях.

#### **Формы организации видов деятельности:**

- беседа;
- тематическое занятие;
- урок-игра;
- встреча;
- экскурсия;
- тренировка;
- презентация;
- тест;
- практические занятия по оказанию ПП;
- настольные, дидактические, подвижные, интеллектуальные игры;
- конкурсы, соревнования, викторины, головоломки, эстафеты по БЖ
- конкурсы рисунков и стенгазет по БЖ
- творческие мастерские: оформление карт опасностей, инструкций по правилам безопасного поведения;

## Тематическое планирование

п/п	Наименование тем курса	Кол-во часов
<b>Раздел 1. Пожарная безопасность.</b>		
<b>1</b>	Вводное занятие	1
<b>2-2</b>	Профилактика пожаров.	2
<b>4</b>	Действия при возникновении пожара. Эвакуация.	1
<b>5</b>	Характеристика пожаров.	1
<b>6</b>	Виды пожаров.	1
<b>7</b>	Причины пожаров.	1
<b>8</b>	Поражающие факторы пожара.	1
<b>9</b>	Первичные средства пожаротушения.	1
<b>10-11</b>	Пожарная сигнализация.	2
<b>12</b>	Оказание помощи потерпевшим при пожаре.	1
<b>Раздел 2. Дорожная азбука.</b>		

<b>13</b>	Правила дорожного движения	1
<b>14</b>	Меры ответственности за нарушение ПДД	1
<b>15-16</b>	ДТП и их причины.	2
<b>17-19</b>	Первая помощь пострадавшему в ДТП (кровотечения, переломы, ушибы).	3
<b>20-23</b>	Дорожные знаки ( запрещающие, предписывающие, предупреждающие и.т.д.).	3
	<b>Раздел 3. Азы безопасности.</b>	
<b>24-25</b>	Природные явления	2
<b>26-27</b>	Геологические ЧС (правила поведения)	2
<b>28-29</b>	Метеорологические ЧС (правила поведения)	2
<b>30-31</b>	Гидрологические ЧС (правила поведения)	2
<b>32-33</b>	Природные ЧС (правила поведения)	2
<b>34</b>	Правила оказания первой помощи при травмах	1
	<b>Итого</b>	<b>34</b>