***МКОУ «Каменная СОШ»*** **

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

внеурочной деятельности

**«Школа безопасности»**

для 5 - 7 классов

(1 год обучения – 35 часов)

Разработала преподаватель ОБЖ

Нагуманова З.М.

2021 год

**Пояснительная записка**

В настоящее время перемены в государственно-политическом и социально – экономическом устройстве страны преследуют цель создания здорового общества. Это повышает ответственность системы образования не только за духовное, но и за физическое развитие нового поколения, укрепление здоровья учащихся, приобщение их к ценностям здорового образа жизни. Это особенно важно, так как состояние здоровья детей вызывает обоснованную тревогу не только у педагогов, но и у всего общества.

Наиболее полно и целенаправленно вопрос повышения уровня здоровья подрастающего поколения можно реализовать в образовательном учреждении через всестороннее рассмотрение вопросов в курсе «Школа безопасности».

Программа курса разработана с учетом возрастных физиологических и психологических особенностей учащихся.

Данная программа разработана на основе программы «Основы безопасности жизнедеятельности» и методических рекомендаций по содержанию и организации работы «Школы экологического выживания» и предназначена для реализации в Муниципальном казённом общеобразовательном учреждении «Каменная средняя общеобразовательная школа». Программа предполагает изучение обучающимися курса «Школа безопасности» в течение одного года.

**Ключевой идеей** программы является подготовка учащихся к реальной жизни.

В соответствии с потребностями человека и общества, исходя из общих целей образования и воспитания, **целями курса** «Школа безопасности» являются:

* пропаганда и популяризация здорового безопасного образа жизни;
* совершенствование и выработка новых форм и методов подготовки молодежи к безопасному поведению в экстремальных ситуациях;
* оказание само- и взаимопомощи;
* развитие заинтересованности школьников в предотвращении возможных чрезвычайных ситуаций.

**Основные задачи,** решение которых обеспечивает достижение целей курса «Школа безопасности»:

* воспитание навыков самостоятельного поведения и мышления в экстремальных ситуациях;
* изучение моделей поведения человека в экстремальных ситуациях;
* формирование культуры личности;
* стремление к здоровому образу жизни;
* формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности;
* совершенствование морально – психологического и физического развития молодежи.

**Общая характеристика курса**

Содержание программы выстроено по четырем линиям:

- выживаемость человека;

- автономное существование человека в условиях природной среды;

- чрезвычайные ситуации техногенного и социального характера;

- прикладная физическая подготовка.

Изучение данной программы обучающимися предусмотрено в течение одного учебного года.

**Основное содержание программы**

***Выживаемость человека (6 часов)***

Исторические этапы формирования проблемы выживания. Естественная экспансия в природу. Война за обладание территорией проживания. Общество максимального удовлетворения потребностей. Выживание человека.

Варианты и причины возникновения экстремальных ситуаций. Аварийные ситуации. Стихийные бедствия. Экспедиционные (туристические) ситуации. Освоение новых территорий. Сосуществование популяций.

Способы адаптации к экстремальным средам. Виды экстремальных сред. Варианты преодоления экстремальной ситуации.

***Автономное существование человека в условиях природной среды (25 часов)***

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Ориентирование на местности без карты. Действия при потере ориентировки. Определение высоты и ширины предметов. Движение по азимуту.

Жизнеобеспечение человека. Необходимое снаряжение и имущество. Оборудование бивуака или укрытия. Установка палатки. Виды костров. Способы добычи огня. Питание. Лесная кухня.

Преодоление препятствий. Специальное снаряжение, используемое для страховки при преодолении препятствий. Техника вязания узлов. Переправа по горизонтальной веревке через реку. Преодоление «бабочки». Преодоление подвесного моста. Преодоление наклонного бревна. Переправа по качающимся перекладинам. Способы преодоления болота.

Первая доврачебная помощь. Медицинская аптечка и правила ее использования. Природные лекарственные средства. Терминальные состояния. Первая реанимационная помощь. Шок. Водные травмы.

***Чрезвычайные ситуации техногенного и социального характера (4 часа)***

Радиационно-опасные объекты. Аварии с выбросом радиоактивных веществ. Действия в зоне радиационного заражения. Химически опасные объекты. Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ. Действия в зоне химического заражения. Ситуации криминогенного характера. Действия в чрезвычайной ситуации криминогенного характера. Поисково-спасательные работы.

**Требования к уровню подготовки обучающихся**

***В результате изучения курса «Школа безопасности» обучающийся должен***

***знать/понимать:***

* варианты и причины возникновения экстремальных ситуаций;
* физиологические резервы человеческого организма;
* способы преодоления экстремальных ситуаций;
* правила оказания доврачебной помощи;
* природные лекарственные средства;
* приемы самозащиты

***уметь:***

* определять стороны света;
* ориентироваться на местности;
* преодолевать препятствия;
* добывать огонь;
* действовать при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного и социального характера;
* производить правильную установку палатки;
* выполнять специальные комплексы физических упражнений;
* защищать себя и окружающих в различных криминогенных ситуациях.

***использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:***

* сохранения жизни и здоровья своей и окружающих.

**Общеучебные умения, навыки и способы деятельности**

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для курса «Школа безопасности» на этапе основного общего образования являются:

* умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность;
* использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа;
* поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа;
* оценивание и корректировка своего поведения в окружающей среде, выполнение в практической деятельности и в повседневной жизни экологических требований;
* умение отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды;
* осуществление осознанного выбора путей продолжения образования или будущей профессии.

**Средства обучения**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения | Количество экземпляров |
| Примерные программы основного общего образования по ОБЖ | 1 |
| Программа «Школа экологического выживания» | 1 |
| Нормативно-правовая база | 1 |
| Проектор мультимедийный | 1 |
| Презентация «ПМП при кровотечениях» | 1 |
| Презентация «ПМП при переломах, вывихах, растяжениях» | 1 |
| Презентация «ПМП при травмах» | 1 |
| Презентация «В 21 век без вредных привычек» | 1 |
| Видео диск «Сам себе МЧС» | 1 |
| Видеофильм «Основы пожарной безопасности» | 1 |
| Стенды | 2 |
| Плакаты | 5 |
| Медицинская аптечка | 1 |
| Тренажер «Максим» | 1 |

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Количество часов | | |
| Всего | Практические работы | Творческая (проектная) деятельность, презентации |
| ***1*** | ***Исторические этапы формирования проблемы выживаемости.*** | ***2*** |  |  |
| ***2*** | ***Варианты и причины возникновения экстремальных ситуаций.*** | ***2*** |  | ***1*** |
| ***3*** | ***Эшелоны физиологических резервов организма.*** | ***1*** |  |  |
| ***4*** | ***Способы адаптации к экстремальным средам.*** | ***1*** |  |  |
| ***5*** | ***Ориентирование на местности.*** | ***5*** | ***2*** | ***1*** |
| ***6*** | ***Жизнеобеспечение человека.*** | ***5*** | ***2*** |  |
| ***7*** | ***Преодоление препятствий.*** | ***5*** | ***2*** |  |
| ***8*** | ***Первая доврачебная помощь.*** | ***10*** | ***1*** | ***1*** |
| ***9*** | ***Аварии с выбросом радиоактивных веществ.*** | ***1*** |  |  |
| ***10*** | ***Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ.*** | ***1*** |  |  |
| ***11*** | ***Ситуации криминогенного характера.*** | ***1*** |  |  |
| ***12*** | ***Поисково-спасательные работы.*** | ***1*** |  |  |
|  | ***Итого*** | ***35*** | ***7*** | ***3*** |

**Литература**

1.Методический сборник-пособие «Туристы, в путь!», авт. Л.Г.Диханова.

2.В.И.Казаков, Безопасное поведение в чрезвычайных ситуациях.

3.Основы безопасности жизнедеятельности, учебники для 5, 6 и 7 классов общеобразовательных учреждений, авторы: Б.О. Хренников, Н.В. Гололобов и др.

4.Программа «Основы безопасности жизнедеятельности».

5.Интернетресурсы.

**Календарно – тематический план 5 - 7 классы**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов и тем | Всего часов | Из них | Дата  По плану | Дата по факт |
| Лабораторные и практические работы (тема) |  |  |
|  | **Выживаемость человека.** | **6** |  |  |  |
|  | ***Исторические этапы формирования проблемы выживаемости.*** | 2 |  |  |  |
| 1 | Естественная экспансия в природу. Война за обладание территорией проживания. |  |  |  |  |
| 2 | Выживание человека. |  |  |  |  |
|  | ***Варианты и причины возникновения экстремальных ситуаций.*** | 2 |  |  |  |
| 3 | Аварийные ситуации. Стихийные бедствия. |  |  |  |  |
| 4 | Экспедиционные (туристические ситуации). |  |  |  |  |
|  | ***Эшелоны физиологических резервов организма.*** | 1 |  |  |  |
| 5 | Резервы тела. Человеческие эмоции. Острый стресс. |  |  |  |  |
|  | ***Способы адаптации к экстремальным средам.*** | 1 |  |  |  |
| 6 | Виды экстремальных сред. Варианты преодоления экстремальной ситуации. |  |  |  |  |
|  | **Автономное существование человека в условиях природной среды.** | **15** |  |  |  |
|  | ***Ориентирование на местности.*** | ***5*** |  |  |  |
| 7 | Практическое занятие № 1. |  | Способы определения сторон горизонта. |  |  |
| 8 | Практическое занятие № 2. |  | Ориентирование на местности без карты. |  |  |
| 9 | Действия при потере ориентировки. Что делать если заблудился. |  |  |  |  |
| 10 | Действия при потере ориентировки. Что делать если заблудился. |  |  |  |  |
| 11 | Практическое занятие № 3. |  | Движение по азимуту. |  |  |
|  | ***Жизнеобеспечение человека.*** | ***10*** |  |  |  |
| 12 | Необходимое снаряжение и имущество. |  |  |  |  |
| 13 | Практическое занятие № 4. |  | Оборудование бивака или укрытия. |  |  |
| 14 | Практическое занятие № 5. |  | Установка палатки. |  |  |
| 15 | Практическое занятие № 6. |  | Виды костров. Способы добычи огня. |  |  |
| 16 | Питание. Лесная кухня.  Определение необходимого снаряжения для похода. |  | Выбор туристического снаряжения. Виды снаряжения. |  |  |
| 17 | Обувь для похода. Аптечка. |  | Какая обувь подойдет для похода. Аптечка туриста. |  |  |
| 18 | Общие правила безопасности во время отдыха на природе. |  | Виды активного отдыха. Личная гигиена. |  |  |
| 19 | Автономное существование человека в природе. |  | Цели. Подготовка. |  |  |
| 20 | Вынужденная автономия человека в природной среде. |  | Причины автономии. Что необходимо для сохранения сил. |  |  |
| 21 | Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. |  | Временные укрытия. Очистка воды. Добывание огня. |  |  |
|  | **Первая доврачебная помощь.** | **10** |  |  |  |
| 22 | Практическое занятие № 7. |  | Медицинская аптечка и правила ее использования. |  |  |
| 23 | Практическое занятие № 8. |  | Медицинская аптечка и правила ее использования. |  |  |
| 24 | Терминальные состояния. Первая реанимационная помощь. |  |  |  |  |
| 25 | Шок. |  |  |  |  |
| 26 | Знакомство с тренажером «Максим». |  |  |  |  |
| 27 | Знакомство с тренажером «Максим». |  |  |  |  |
| 28 | Практическое занятие по реанимации «Максима» |  | Проведение сердечно- легочной реанимации |  |  |
| 29 | Практическое занятие по реанимации «Максима» |  | Проведение сердечно- легочной реанимации |  |  |
| 30 | Практическое занятие по реанимации «Максима» |  | Проведение сердечно- легочной реанимации |  |  |
| 31 | Практическое занятие по реанимации «Максима» |  | Проведение сердечно- легочной реанимации |  |  |
|  | **Чрезвычайные ситуации техногенного и социального характера.** | **4** |  |  |  |
|  | **Аварии с выбросом радиоактивных веществ.** | 1 |  |  |  |
| 32 | Действия в зоне радиоактивного заражения. |  |  |  |  |
|  | **Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ.** | 1 |  |  |  |
| 33 | Действия в зоне химического заражения. |  |  |  |  |
|  | **Ситуации криминогенного характера.** | 1 |  |  |  |
| 34 | Действия в чрезвычайной ситуации криминогенного характера. |  |  |  |  |
|  | **Поисково-спасательные работы.** | 1 |  |  |  |
| 35 | Проведение поисково-спасательных работ. |  |  |  |  |
|  | **Итого:** | **35** |  |  |  |