

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 4 г. Балтийска

Принято
на педагогическом совете
15 июля 2020 года



Рабочая программа внеурочной деятельности
«Основы безопасности»
Первый год обучения, базовый уровень

Учитель: Головня Людмила Васильевна

Балтийск

2020 год

Пояснительная записка.

Рабочая программа курса «ОБЖ» разработана для 5 класса в соответствии с требованиями:

Рабочая программа разработана с учётом нормативно-правовых документов:

- Федеральный Государственный образовательный стандарт основного общего образования (приказ Министерства Образования и Науки РФ от 17.12.10 №1897)
- Закон «Об образовании» от 10.07.1992года №3266 (с изменениями и дополнениями)
- Примерная программа по учебным предметам Основы безопасности жизнедеятельности 5-9 классов, М.: Просвещение, 2010 год (стандарты второго поколения);
- Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для учащихся 5-9 классы, М: «Просвещение» 2011 год, предметная линия учебников под редакцией А.Т. Смирнова.
- Учебник Основы безопасности жизнедеятельности для 5 класса, А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников.- М.: Просвещение, 2016г.

Программа курса включает три логически взаимосвязанных раздела, содержание которых составляет область знаний, охватывающих теорию и практику защиты человека от опасных, вредных факторов и чрезвычайных ситуаций.

Программа внеурочной деятельности рассчитана на 34 часа (1 час в неделю)

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

В результате изучения курса внеурочной деятельности по основам безопасности жизнедеятельности учащиеся 8 класса приобретут следующие результаты:

В сфере метапредметных результатов

- **Регулятивные УУД:** самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- 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;
- оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- основам самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

Познавательные УУД:

- определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, устанавливать причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- приёмам действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

Коммуникативные УУД:

- 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;
- взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

2. Содержание курса внеурочной деятельности

Тема1: Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся. (11ч)

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 зонах повышенной опасности. Системы обеспечения безопасности города. Правила вызова служб безопасности.

Тема 2: Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (8ч)

Средства оказания медицинской помощи. Перевязочные и лекарственные средства. Правила приема лекарственных средств. Понятие о травме и ране. Открытые и закрытые травмы. Общие признаки травм и ранений. Правила оказания первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах. Общая характеристика кровотечений. Наружное, внутреннее, артериальное, венозное, капиллярное и смешанное кровотечения. Первая медицинская помощь при кровотечении. Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета. Первая медицинская помощь при кровотечении из носа.

Тема 3: Основы здорового образа жизни(4ч.)

Понятие о личной безопасности. Опасные и безопасные места в населенном пункте. Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдные окраины города, глухие зоны парков и скверов, места массового скопления людей и т.д. Незнакомые взрослые и подростки. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций: перед подъездом, в подъезде, в лифте, на лестничной площадке, звонок в дверь, дверь вашей квартиры пытаются открыть; вы вернулись из школы, а дверь вашей квартиры открыта. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни во время прогулок.

Пожарная безопасность

Понятие о пожаре. Причины возникновения пожаров в жилых помещениях, общественных местах, на транспорте. Меры пожарной безопасности. Правила противопожарной безопасности в быту, в общественных местах. Правила безопасного поведения при пожаре в доме, в общественном месте, (если есть возможность выйти из квартиры; если нет возможности покинуть квартиру; при выходе через задымленный коридор); на транспорте. Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами. Первичные средства тушения пожаров. подручные средства тушения пожаров. Виды огнетушителей и правила пользования ими.

Тема 4: Защита человека в чрезвычайных ситуациях (3ч)

Мероприятия по защите населения от ЧС мирного и военного времени

Средства индивидуальной защиты органов дыхания. История создания противогаза. Виды и назначение противогазов. Назначение фильтрующих гражданских противогазов. Правила пользования противогазом. Положение противогаза: «походное», «наготове»,

«боевое». Как правильно определить размер противогаза. Коллективные и индивидуальные средства защиты. Правила поведения в убежище.

Тема 5: Физическая подготовка (6ч)

Правила безопасного поведения на улице, на транспорте.

Современные улицы и дороги-зоны повышенной опасности. Причины возникновения ДТП. Безопасность участников дорожного движения. Правила безопасного поведения в общественном транспорте. Опасность пешехода и безопасность пассажира. Велосипедист – полноправный участник дорожного движения. Движение пешеходов по улицам и дорогам. Основные правила безопасности на городском общественном транспорте. Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на городском общественном транспорте. Предотвращение дорожно-транспортных происшествий. Вы – очевидец ДТП. Правила дорожного движения роллера, скейтбордиста, велосипедиста.

Основы военной службы

Защита Отечества – долг и обязанность граждан России.

История создания Российской армии. Виды, рода войск, символика Вооруженных Сил. Военная форма одежды. Дружба, войсковое товарищество-основа боевой готовности. Боевой знамя-символ воинской чести. Ордена, почетные награды за воинские заслуги. Дни воинской славы. Воинская дисциплина. Строевая подготовка: строевая стойка, повороты на месте, движение строевым и походным шагом, шаг на месте, движение бегом. Огневая подготовка. История создания пневматического оружия.

Тема 6. Заключение (6ч)

Правила техники безопасности с оружием. Психологическая подготовка к стрельбе. Прицеливание. Пристрелка. Тренировка исходного положения сидя. Выстрел. Тренировка исходного положения лежа.

3. Тематическое планирование

	Название темы	Кол- во часов
Раздел I. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся. (11ч)		
1.	Безопасное поведение на улицах и дорогах .	1
2.	Правила безопасного поведения в зонах повышенной опасности	1
3.	Встреча с инспектором ГИБДД	1
4.	Пожарная безопасность и поведение при пожарах	1
5.	Встреча с работником МЧС - пожарником	1
6.	Безопасное поведение на воде	1
7.	Встреча с работником МЧС - спасателем.	2
8.	Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера. Встреча с	1

	психологом школы	
9.	Безопасное поведение на природе	1
10.	Нарушение экологического равновесия в местах проживания, правила поведения	1
Раздел II. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (8ч)		
11.	Хронические неинфекционные заболевания, их причина, связь с образом жизни. Встреча с медицинской сестрой.	1
12.	Основные виды травм у детей младшего школьного возраста, первая медицинская помощь	1
13.	Оказание первой медицинской помощи при укусах насекомых.	1
14.	Оказание первой медицинской помощи при порезах, ожогах	1
15.	Первая медицинская помощь при отравлении пищевыми продуктами	1
16.	Первая медицинская помощь при отравлении газами	1
17.	Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи	1
18.	Встреча с медицинской сестрой школы	1
Раздел III. Основы здорового образа жизни (4 ч.)		
19.	Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни»	1
20.	Основы личной гигиены	1
21.	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика	1
22.	Пути укрепления здоровья	1
Раздел IV. Защита человека в чрезвычайных ситуациях (3ч)		
23.	Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения	1
24.	Подготовка обучаемых к действиям в ЧС мирного и военного времени	1
25.	Подготовка обучаемых к проведению практического занятия (изготовление ватно-	1

	марлевых повязок)	
	Раздел V. Физическая подготовка .Основы военной службы .(6ч.)	
26.	Ходьба спортивная.	1
27.	Бег с препятствиями	1
28.	Защита Отечества – долг и обязанность граждан России. Спортивные игры	1
29.	Игры с преодолением препятствий	1
30.	Подвижные игры	1
31.	Спортивная игра «Кто первый?»	1
	Раздел VI. Заключение (2ч)	
32.	Конкурс рисунков «Мы за мир!»	1
33.	Игра «Зарничка»	1
	Итого:	34 часа