

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Ростовской области

УО Красносулинского района

МБОУ Больше-Федоровская средняя общеобразовательная школа

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ

Больше-Федоровская

СОШ

Смагина О.С.

Приказ № 155-ОД

от «31» августа 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности «Жизнь без опасности»

для обучающихся 5-9 классов

х. Большая Федоровка 2023 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «**Жизнь без опасности**» для 5-9 классов составлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО, на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования МБОУ Больше-Федоровская СОШ, а также с учетом программ, включенных в ее структуру.

Цель внеурочной деятельности - формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к собственному здоровью, к личной безопасности и безопасности окружающих, приобретение ими навыков сохранять жизнь и здоровье в повседневной жизни и в неблагоприятных и опасных условиях, умение оказывать само и взаимопомощь.

Главными **задачами** обучения по данной программе является освоение обучающимися определенного уровня знаний, умений и навыков для осознания и содействия в обеспечении:

- личной безопасности при опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях различного характера;
- безопасности общества от воздействия негативных факторов социально-криминального характера;
- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие учащимися ценностей гражданского общества, прав человека, правового государства, ценностей семьи;
- антиэкстремистское мышление антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- профилактика асоциального поведения учащихся;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.
- формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование потребности в соблюдении требований, предъявляемых к гражданину РФ в области безопасности жизнедеятельности;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Данная программа предполагает обучение в объеме 34 часа, 1 час в неделю для учащихся 5-9-х классов.

I. Планируемые результаты освоения курса

Личностными результатами освоения является формирование у обучающихся:

- осознание своей сопричастности к стране, в которой он живет, и, как следствие, воспитание чувства патриотизма, уважения к Отечеству, ответственности и долга перед Родиной;
- целостного мировоззрения по вопросам безопасности личности, общества и государства;
- социальных норм, правил поведения в современном обществе с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- умение правильно оценивать себя и свои поступки;
- морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- понимания здорового и безопасного образа жизни;
- умения противостоять пагубному воздействию вредных привычек, курению, алкоголизму и наркомании;
- правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях в транспорте и на дорогах;
- антиэкстремистской и антитеррористической личной позиции;
- основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- четкое осознание роли семьи в жизни человека и общества, ценностей семейной жизни, уважительного и заботливого отношения к членам своей семьи и окружающим.

Предметными результатами является овладение обучающимися:

- основами современной культуры безопасности жизнедеятельности для формирования безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного и социального характера;
- умениями предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявлениям и проявлять осторожность в случае неопределенности их развития;
- знаниями о причинах, последствиях опасных ситуаций, возникающих в повседневной жизни и быту, и правилах безопасной эксплуатации бытовых приборов и оборудования;
- правилами безопасного поведения на улице, дороге и в транспорте;
- правилами пожарной безопасности и поведения при пожаре;
- умениями и навыками использования средств пожаротушения при возникновении пожара;

- умения принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- пониманием ценностей экологического качества окружающей среды как естественной основы безопасности жизни;
- правилами поведения при нарушении экологического равновесия и информацией о последствиях для жизнедеятельности человека в случае нарушения;
- знаниями о профессии пожарного, спасателя и особенностями их работы;
- знаниями об опасных и чрезвычайных ситуациях природного, характера, и их последствий для личности, общества и государства;
- знаниями о порядке оповещения населения о чрезвычайных и экстремальных ситуациях, умениями действовать по сигналу оповещения;
- знаниями и умениями применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуациях;
- знаниями об особенностях природных чрезвычайных ситуаций для данного района проживания;
- знаниями о причинах возникновения, предвестниках наступления чрезвычайных ситуаций природного характера и умениями правильно действовать с целью снижения последствий их воздействия;
- знаниями об организации эвакуации населения при чрезвычайных ситуациях, правилами поведения при ее проведении;
- умениями проявлять предосторожность при соприкосновении с опасными социальными ситуациями и предвидеть возможные последствия их возникновения;
- нормативными правовыми основами оказания первой помощи;
- знаниями о правилах оказания первой помощи;
- знаниями правил и способов транспортировки, иммобилизации пострадавшего и умениями их выполнять;
- умениями оказывать первую помощь пострадавшим;
- знаниями о средствах, используемых при оказании первой помощи пострадавшим и умениями их использования;
- основами здорового образа жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- умение вести здоровый образ жизни;
- знаниями об инфекциях, передаваемых половым путем, особенностях ВИЧ-инфекциях, последствиях и их профилактике;
- умениями формировать личностные качества, дающие возможность стать активным членом современного общества.

Метапредметные результаты:

Метапредметными результатами изучения курса «Жизнь без опасности» является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Личностные УУД:

- осознание своей сопричастности к стране, в которой он живет, и, как следствие, воспитание чувства патриотизма, уважения к Отечеству, ответственности и долга перед Родиной;
- целостного мировоззрения по вопросам безопасности личности, общества и государства;
- умения правильно оценивать себя и свои поступки;
- морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- понимания здорового и безопасного образа жизни;
- умения противостоять пагубному воздействию вредных привычек, курению, алкоголизму и наркомании;
- правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях в транспорте и на дорогах;
- основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- четкого осознания роли семьи в жизни человека и общества, ценностей семейной жизни, уважительного и заботливого отношения к членам своей семьи и окружающим;
- умения сопереживать, оказывать взаимопомощь, проявлять отзывчивость к окружающим.

Регулятивные УУД:

- уметь самостоятельно ставить себе цель обучения, формулировать задачи в области изучения вопросов безопасности и здорового образа жизни;
- планировать свою жизнь, выбирать пути достижения и средства реализации поставленных целей с учетом требований безопасности и сохранения здоровья;
- анализировать причины возникновения опасных ситуаций, прогнозировать возможность их наступления;
- самостоятельно организовывать свою учебную деятельность по изучению вопросов безопасности;

- активно оценивать уровень своих знаний, умений и результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- находить наиболее простой и эффективный способ решения жизненной задачи, проблемы с учетом требований личной безопасности;
- уметь учиться, приобретать новые знания для нормальной адаптации в обществе и дальнейшего профессионального роста.

Познавательные УУД:

- уметь познавать и исследовать опасности окружающего мира, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- обобщать и сравнивать последствия опасных событий и чрезвычайных ситуаций;
- уметь воспринимать и перерабатывать информацию, самостоятельно собирать нужные сведения, проводить наблюдения, делать выводы, моделировать развитие ситуации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и современных информационных коммуникационных технологий, а также объективно оценивать результат своей деятельности;
- овладевать логическими операциями: анализ, синтез, сравнение, классификация, доказательство, выдвижение гипотез, выявление причинно-следственных связей опасных ситуаций и их влияния на безопасность жизнедеятельности человека.

Коммуникативные УУД:

- уметь взаимодействовать в социуме, вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, четко выражать свои мысли, аргументировать свои высказывания, учитывать мнения других людей и признавать право другого человека на иное мнение;
- выстраивать доброжелательные отношения в коллективе, уметь разрешать конфликты, осуществлять взаимопомощь, а также эффективно добывать знания и приобретать соответствующие умения при взаимодействии со сверстниками;
- уметь находить компромиссы и договариваться друг с другом при разрешении различных ситуаций, в том числе конфликтных.

II. Содержание курса внеурочной деятельности «Жизнь без опасности»

5 класс

Введение. Значение и задачи программы внеурочной деятельности «Жизнь без опасности»

Опасные и чрезвычайные ситуации.

Главные правил, которые нужно выполнять, чтобы жить в безопасности.

Учитесь выявлять и предвидеть опасности.

Службы защиты населения. Сигналы оповещения об опасности

Службы, которые нам помогают при опасных и чрезвычайных ситуациях. Сигналы оповещения об опасности.

Опасные ситуации в повседневной жизни. Особенности жизни в городе и других населенных пунктах. Опасные и аварийные ситуации в жилище. Необходимые меры безопасности в повседневной жизни. Правила безопасного поведения в быту

Город и село.

Опасные ситуации в вашем доме.

Пожары в зданиях.

Оповещение при пожаре и эвакуация.

Средства тушения пожаров.

Газы и чем они опасны.

Затопление жилища.

Разрушение здания.

Опасные вещества в быту.

Опасные ситуации на дорогах и на транспорте. Правила дорожного движения

Опасные ситуации на дорогах.

Безопасность в общественном и личном транспорте.

Правила поведения в метро.

Правила поведения на железнодорожном транспорте.

Опасности на воде и водном транспорте.

Опасный лед.

Аварийные ситуации на воздушном транспорте.

Опасные ситуации социального характера

Криминальные ситуации. Как защитить свой дом.

Криминальные ситуации на улице и в других общественных местах.

Криминальные ситуации на улице и в других общественных местах.

Безопасность окружающей среды. Экологическое равновесие

Нарушение экологического равновесия.

За чистый воздух!

Вода – формула жизни!

Загрязнение почвы.

Основы здорового образа жизни

Продукты под контролем.

Опасные продукты.

Безопасный компьютер.

Правила здорового образа жизни.

Основы медицинских знаний

Оказание первой медицинской помощи. (ПМП).

Практическое занятие по оказанию первой медицинской помощи. (ПМП).

Первая помощь при термических и химических ожогах. Практикум.

6 класс

Экстремальная ситуация в автономном существовании на природе

Опасные и экстремальные ситуации. Что к ним приводит?

Как подготовиться к путешествию, чтобы избежать опасных ситуаций.

Причины, мешающие успешно справиться с экстремальной ситуацией.

Различные климатические условия

Влияние климата на человека

Общие правила успешной акклиматизации

Выживание человека в условиях автономного существования в природной среде

Если ты отстал от группы.

Если ты заблудился в лесу.

Авария транспортного средства в безлюдной местности.

Способы подачи сигналов бедствия.

Ориентирование по компасу.

Ориентирование по Солнцу, Луне, звездам.

Ориентирование по местным признакам.

Как находить дорогу к жилью.

Устройство временных укрытий.

Добывание огня, разведение костра.

Обеспечение бытовых потребностей.

Обеспечение водой.

Организация питания.

Личная гигиена, уход за одеждой и обувью.

Возможные опасности в пути и меры по их предупреждению.

Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях

Общие принципы оказания самопомощи.

Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему.

Аптечка. Природные лекарственные средства.

Потертости и мозоли. Ссадины и порезы.

Закрытые травмы.

Опасные животные.

Отравления.

Первая помощь утопающему. Основные приемы оживления – реанимации.

Тепловые и солнечные удары. Обморожения.

Заболевание глаз. Удаление инородных предметов из глаза, уха, носа.

Практические занятия

Переноска пострадавшего без носилок.

Вязание узлов.

Здоровый образ жизни

Особенности подросткового возраста Личная гигиена подростка.

Личная гигиена подростка. Культура питания подростка.

7 класс

Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий

Опасные природные явления, приводящие ЧС и единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС.

Стихийное бедствие «Наводнение».

Наводнений и их последствия.

Как защититься от наводнений. Как себя вести при угрозе и во время наводнений.

Стихийный ветер, приводящий к различным чрезвычайным ситуациям.

Метеорологические явления и их последствия.

Как защититься от ураганов, бурь и смерчей. Поведение людей при угрозе и во время метеорологических явлений.

Что такое землетрясение. И чем оно опасно.

Как защититься от землетрясений

Помоги себе сам во время землетрясения.

Откуда берутся цунами

Разрушающие последствия цунами.

Рекомендации МЧС, как себя вести во время цунами.

Геология и опасные явления.

Чем страшны опасных геологических явления.

Мероприятия по защите от обвалов, оползней и селей. Действия во время этих стихий.

Природные пожары.

Чем опасны лесные и торфяные пожары.

Предотвращение пожаров. При пожаре не зевай! Действуй быстро!

Природные стихии – очень опасны.

Чрезвычайные ситуации социального характера

Терроризм – мировая угроза.

Как вести себя в толпе?

Дорожное движение и его правила

Из чего состоит дорога.

Водитель – главный участник дорожного движения. ДТП.

Правила дорожного движения для пешеходов.

Во дворах есть свои правила дорожного движения.

Основы здорового образа жизни

Здоровье человека. Как сохранить здоровье.

8 класс

Раздел 1. Основы комплексной безопасности

Пожарная безопасность

Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия.

Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения.

Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожарах.

Безопасность на дорогах

Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей.

Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров.

Велосипедист – водитель транспортного средства.

Безопасность на водоёмах

Безопасное поведение на водоёмах в различных условиях.

Безопасный отдых на водоёмах.

Оказание помощи терпящим бедствие на воде.

Экология и безопасность

Загрязнение окружающей среды и здоровье человека.

Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их возможные последствия

Классификация ЧС техногенного характера.

Аварии на радиационно опасных объектах и их возможные последствия.

Аварии на химически опасных объектах и их последствия.

Пожары и взрывы на взрывоопасных объектах экономики и их возможные последствия.

Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия.

Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Обеспечение защиты населения от чрезвычайных ситуаций

Обеспечение радиационной безопасности населения.

Обеспечение химической защиты населения.

Обеспечение защиты населения от последствий аварий на взрывоопасных объектах.

Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидротехнических сооружениях.

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера

Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Эвакуация населения.

Мероприятия по инженерной защите населения от ЧС техногенного характера.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни

Здоровье как основная ценность человека.

Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность.

Репродуктивное здоровье – составляющая здоровья человека и общества.

Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний.

Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Первая помощь при неотложных состояниях

Первая помощь пострадавшим и её значение.

Первая помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами (практическое занятие).

Первая помощь при травмах (практическое занятие).

Первая помощь при утоплении (практическое занятие).

9 класс

Глава 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека (5 ч.)

Роль городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации, которые могут возникнуть в городе.

Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище, и меры по их профилактике.

Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.

Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения (город- столица, город-порт и др.). Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе (с взрослыми и сверстниками, с незнакомым человеком).

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера (6 ч.)

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения. Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Дорожные знаки. Светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

Пешеход — участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.

Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

Транспортное средство и водитель. Общие обязанности водителя. Велосипедист — водитель транспортного средства (велосипеда). Требования, предъявляемые к техническому состоянию велосипеда. Обязанности велосипедиста, правила его поведения на дороге.

Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре.

Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

Глава 3. Опасные ситуации природного характера (3 ч.)

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений.

Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (3 ч.)

Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы). Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационноопасных объектах; аварии на пожарных -взрывоопасных объектах; аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Действия населения при оповещении об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации.

Организация эвакуации населения.

Правила безопасного поведения при проживании на радиоактивно загрязненной местности

Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (2 ч.)

Антиобщественное поведение и его опасность. Обеспечение личной безопасности дома. Обеспечение личной безопасности на улице. Решение ситуативных задач.

Криминогенные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми, и профилактика возникновения криминогенной ситуации.

Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.

Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасные ситуации. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

Глава 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (3 ч.)

Экстремизм и терроризм, основные понятия, причины их возникновения. Виды экстремистской и террористической деятельности. Виды террористических актов и их последствия. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (12 ч.)

Глава 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3 ч.)

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств. Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основные составляющие здорового образа жизни.

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой. Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода, гигиена питания.

Глава 8. Факторы, разрушающие здоровье (3 ч.)

Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для совершенствования духовных и физических качеств. Вредные привычки (курение, употребление алкоголя), их отрицательное влияние на развитие способностей человека и его здоровье.

Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия постоянного курения для здоровья человека. Как уберечь себя от курения.

Алкоголь — наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность, отношение Человека, ведущего здоровый образ жизни, к употреблению спиртных напитков.

Собеседования на тему «Основы здорового образа жизни и профилактика вредных привычек». Обсуждаемые вопросы:

Влияние курения и употребления спиртных напитков на развитие человека, на его физические и умственные способности.

Почему курение и употребление спиртных напитков не совместимо с занятиями физической культурой и спортом?

Как подготовить себя к тому, чтобы твердо сказать «нет!», когда предлагают сигарету или спиртное.

Глава 9. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (6 ч.)

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи. Ситуации, при которых следует немедленно вызывать «скорую помощь», правила ее вызова. Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома. Последовательная отработка навыков в оказании первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении.

Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях. По выбору преподавателя отрабатываются навыки по оказанию первой медицинской помощи при отравлении медикаментами, препаратами бытовой химии, кислотами, щелочами, никотином, угарным газом.

III. Календарно-тематическое планирование

5 класс

№ п/п	Содержание раздела	Дата	Виды деятельности
Введение. Значение и задачи программы внеурочной деятельности «Жизнь без опасности» (3 ч.).			
1.	Опасные и чрезвычайные ситуации.	01.09 01.09	Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе по выявлению опасностей разных видов, сбор информации.
2.	Главные правил, которые нужно выполнять, чтобы жить в безопасности.	08.09 08.09	
3.	Учитесь выявлять и предвидеть опасности.	15.09 15.09	
Службы защиты населения. Сигналы оповещения об опасности (1 ч.).			
4.	Службы, которые нам помогают при опасных и чрезвычайных ситуациях. Сигналы оповещения об опасности.	22.09 22.09	Знакомство с информацией, участие в обсуждении.
Опасные ситуации в повседневной жизни. Особенности жизни в городе и других населенных пунктах. Опасные и аварийные ситуации в жилище. Необходимые меры безопасности в повседневной жизни. Правила безопасного поведения в быту (9 ч.).			
5.	Город и село.	29.09 29.09	Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе по обсуждению информации об опасных ситуациях в повседневной жизни, сбор информации, индивидуальные выступления. Выполнение тестовых работ.
6.	Опасные ситуации в вашем доме.	15.09	
7.	Пожары в зданиях.	06.10 06.10	
8.	Оповещение при пожаре и эвакуация.	13.10 13.10	
9.	Средства тушения пожаров.	20.10 20.10	
10.	Газы и чем они опасны.	27.10 27.10	
11.	Затопление жилища.	10.11 10.11	
12.	Разрушение здания.	17.11 17.11	
13.	Опасные вещества в быту.	24.11 24.11	
Опасные ситуации на дорогах и на транспорте. Правила дорожного движения (7 ч.).			
14.	Опасные ситуации на дорогах.	01.12 01.12	Знакомство с информацией, участие в

15.	Безопасность в общественном и личном транспорте.	08.12 08.12	диалоге, работа в группе по обсуждению информации об правилах дорожного движения, сбор информации, индивидуальные выступления. Выполнение тестовых работ.
16.	Правила поведения в метро.	15.12 22.12	
17.	Правила поведения на железнодорожном транспорте.	29.12 29.12	
18.	Опасности на воде и водном транспорте.	12.01 12.01	
19.	Опасный лед.	19.01 19.01	
20.	Аварийные ситуации на воздушном транспорте.	26.01 26.01	
Опасные ситуации социального характера (3 ч.).			
21.	Криминальные ситуации. Как защитить свой дом.	02.02 02.02	Знакомство с информацией, участие в диалоге, работа в группе, сбор информации, выполнение тестовых работ.
22.	Криминальные ситуации на улице и в других общественных местах.	09.02 09.02	
23.	Криминальные ситуации на улице и в других общественных местах.	16.02 16.02	
Безопасность окружающей среды. Экологическое равновесие (4 ч.).			
24.	Нарушение экологического равновесия.	01.03 01.03	Знакомство с информацией, участие в диалоге, работа в группе по обсуждению экологии Кузбасса, сбор информации, индивидуальные выступления.
25.	За чистый воздух!	15.03 15.03	
26.	Вода – формула жизни!	22.03 22.03	
27.	Загрязнение почвы.	05.04 05.04	
Основы здорового образа жизни (4 ч.).			
28.	Продукты под контролем.	12.04 12.04	Знакомство с информацией, участие в диалоге, работа в группе по составлению сбалансированного меню, сбор информации, работа над докладами о здоровом образе жизни.
29.	Опасные продукты.	19.04 19.04	
30.	Безопасный компьютер.	26.04 26.04	
31.	Правила здорового образа жизни.	27.04 27.04	
Основы медицинских знаний (4 ч.).			
32.	Оказание первой медицинской помощи. (ПМП).	03.05 03.05	Знакомство с информацией, участие в диалоге, отработка практических навыков по
33.	Практическое занятие по оказанию первой медицинской помощи. (ПМП).	17.05 17.05	

34.	Первая помощь при термических и химических ожогах. Практикум.	24.05 24.05	наложению повязок, кровеостанавливающего жгута, применение дезинфекционных средств.
-----	---------------------------------------------------------------	----------------	-------------------------------------------------------------------------------------

6 класс

№ п/п	Содержание раздела	Дата	Виды деятельности
Экстремальная ситуация в автономном существовании на природе. (3ч.)			
1.	Опасные и экстремальные ситуации. Что к ним приводит?	06.09 06.09	Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе по выявлению опасностей разных видов, сбор информации.
2.	Как подготовиться к путешествию, чтобы избежать опасных ситуаций.	13.09 13.09	
3.	Причины, мешающие успешно справиться с экстремальной ситуацией.	20.09 20.09	
Различные климатические условия (2ч.)			
4.	Влияние климата на человека	27.09 27.09	Знакомство с информацией, участие в обсуждении. Групповая работа.
5.	Общие правила успешной акклиматизации		
Выживание человека в условиях автономного существования в природной среде (15ч.)			
6.	Если ты отстал от группы.	04.10 04.10	Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе по выявлению опасностей разных видов, сбор информации. Практическая отработка навыков.
7.	Если ты заблудился в лесу.	11.10 11.10	
8.	Авария транспортного средства в безлюдной местности.	18.10 18.10	
9.	Способы подачи сигналов бедствия.	25.10 25.10	
10.	Ориентирование по компасу.	08.11 08.11	
11.	Ориентирование по Солнцу, Луне, звездам.	15.11 15.11	
12.	Ориентирование по местным признакам.	22.11 22.11	
13.	Как находить дорогу к жилью.	29.11 29.11	
14.	Устройство временных укрытий.	06.12 06.12	
15.	Добывание огня, разведение костра.	13.12 13.12	
16.	Обеспечение бытовых потребностей.	20.12 20.12	
17.	Обеспечение водой.	27.12	

		27.12	
18.	Организация питания.	10.01 10.01	
19.	Личная гигиена, уход за одеждой и обувью.	17.01 17.01	
20.	Возможные опасности в пути и меры по их предупреждению.	24.01 24.01	
Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях. (10ч.)			
21.	Общие принципы оказания самопомощи.	31.01 31.01	Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе, сбор информации. Практическая отработка навыков.
22.	Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему.	07.02 07.02	
23.	Аптечка. Природные лекарственные средства.	14.02 14.02	
24.	Потертости и мозоли. Ссадины и порезы.	21.02 21.02	
25.	Закрытые травмы.	28.02 28.02	
26.	Опасные животные.	06.03 06.03	
27.	Отравления.	13.03 13.03	
28.	Первая помощь утопающему. Основные приемы оживления – реанимации.	20.03 20.03	
29.	Тепловые и солнечные удары. Обморожения.	03.04 03.04	
30.	Заболевание глаз. Удаление инородных предметов из глаза, уха, носа.	10.04 10.04	
Практические занятия (2ч.)			
31.	Переноска пострадавшего без носилок.	17.04 17.04	Практическая отработка навыков. Работа в группе.
32.	Вязание узлов.	24.04 24.04	
Здоровый образ жизни (3ч.)			
33.	Особенности подросткового возраста Личная гигиена подростка.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, сбор информации.
34.	Личная гигиена подростка. Культура питания подростка.		

7класс

№ п/п	Содержание раздела	Дата	Виды деятельности
--------------	---------------------------	-------------	--------------------------

Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий (20ч.)			
1.	Опасные природные явления, приводящие ЧС и единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе по выявлению поражающих факторов при ЧС природного характера, мероприятий по защите от последствий стихии, изучение действий населения при стихийных бедствиях сбор информации. Выполнение тестовых заданий.
2.	Стихийное бедствие «Наводнение».		
3.	Наводнений и их последствия.		
4.	Как защититься от наводнений. Как себя вести при угрозе и во время наводнений.		
5.	Стихийный ветер, приводящий к различным чрезвычайным ситуациям.		
6.	Метеорологические явления и их последствия.		
7.	Как защититься от ураганов, бурь и смерчей. Поведение людей при угрозе и во время метеорологических явлений.		
8.	Что такое землетрясение. И чем оно опасно.		
9.	Как защититься от землетрясений		
10.	Помоги себе сам во время землетрясения.		
11.	Откуда берутся цунами		
12.	Разрушающие последствия цунами.		
13.	Рекомендации МЧС, как себя вести во время цунами.		
14.	Геология и опасные явления.		
15.	Чем страшны опасных геологических явления.		
16.	Мероприятия по защите от обвалов, оползней и селей. Действия во время этих стихий.		
17.	Природные пожары.		
18.	Чем опасны лесные и торфяные пожары.		
19.	Предотвращение пожаров. При пожаре не зевай! Действуй быстро!		
20.	Природные стихии – очень опасны.		
Чрезвычайные ситуации социального характера. (2ч.)			
21.	Терроризм – мировая угроза.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе.
22.	Как вести себя в толпе?		
Дорожное движение и его правила. (4ч.)			
23.	Из чего состоит дорога.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе. Изучение материала методом игры.
24.	Водитель – главный участник дорожного движения. ДТП.		
25.	Правила дорожного движения для пешеходов.		

26.	Во дворах есть свои правила дорожного движения.		
Оказание первой помощи. (7ч.)			
27.	Раны. Первая медицинская помощь. Правила наложения повязок.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в паре и группе.
28.	Практическое занятие по наложению повязок.		
29.	Первая помощь при переломах.		
30.	Практическое занятие по наложению шин.		
31.	Тепловые и солнечные удары. Обморожение.		
32.	Практические занятия по оказанию первой медицинской помощи при различных травмах. Ожоги. Кровотечения.		
33.	Практические занятия по оказанию первой медицинской помощи при различных травмах. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца.		
Основы здорового образа жизни. (2ч.)			
34.	Здоровье человека. Как сохранить здоровье.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении.

8 класс

№ п/п	Содержание раздела	Дата	Виды деятельности
Основы комплексной безопасности. Пожарная безопасность (3ч.)			
1.	Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе по выявлению поражающих факторов при ЧС природного характера, мероприятий по защите от последствий стихии, изучение действий населения при стихийных бедствиях сбор информации. Выполнение тестовых заданий.
2.	Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения.		
3.	Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожарах.		
Безопасность на дорогах (3ч.)			
4	Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе.
5	Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров.		

6	Велосипедист – водитель транспортного средства.		
Безопасность на водоёмах (3ч.)			
7	Безопасное поведение на водоёмах в различных условиях.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе. Изучение материала методом игры.
8	Безопасный отдых на водоёмах.		
9	Оказание помощи терпящим бедствие на воде.		
Экология и безопасность (2ч.)			
10	Загрязнение окружающей среды и здоровье человека.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в паре и группе.
11	Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке.		
Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их возможные последствия (5ч.)			
12	Классификация ЧС техногенного характера.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении.
13	Аварии на радиационно опасных объектах и их возможные последствия.		
14	Аварии на химически опасных объектах и их последствия.		
15	Пожары и взрывы на взрывоопасных объектах экономики и их возможные последствия.		
16	Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия.		
16	Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия.		
Обеспечение защиты населения от чрезвычайных ситуаций (4 ч.)			
17	Обеспечение радиационной безопасности населения.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в паре и группе.
18	Обеспечение химической защиты населения.		
19	Обеспечение защиты населения от последствий аварий на взрывоопасных объектах.		

20	Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидротехнических сооружениях.		
Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера (3ч.)			
21	Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в паре и группе.
22	Эвакуация населения.		
23	Мероприятия по инженерной защите населения от ЧС техногенного характера.		
Основы здорового образа жизни (7 ч.)			
24	Здоровье как основная ценность человека.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в паре и группе.
25	Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность.		
26	Репродуктивное здоровье – составляющая здоровья человека и общества.		
27	Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества		
28	Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний.		
29	Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.		
30	Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности.		
Первая помощь при неотложных состояниях (4 ч.)			
31	Первая помощь пострадавшим и её значение		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в паре и группе.
32	Первая помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами (практическое занятие).		

33	Первая помощь при травмах (практическое занятие).		
34	Первая помощь при утоплении (практическое занятие).		

9 класс

№ п/п	Содержание раздела	Дата	Виды деятельности
Человек, среда его обитания, безопасность человека (5 ч.)			
1.	Роль городов в развитии человеческого общества. Наиболее характерные опасные ситуации, которые могут возникнуть в городе.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе по выявлению поражающих факторов при ЧС природного характера, мероприятий по защите от последствий стихии, изучение действий населения при стихийных бедствиях сбор информации. Выполнение тестовых заданий.
2.	Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище, и меры по их профилактике.		
3.	Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.		
4.	Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения (город- столица, город-порт и др.). Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе (с взрослыми и сверстниками, с незнакомым человеком).		
5.	Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.		

Опасные ситуации техногенного характера (6 ч.)			
6	Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения. Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Дорожные знаки. Светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе.
7	Пешеход — участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.		
8	Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.		
9	Транспортное средство и водитель. Общие обязанности водителя. Велосипедист — водитель транспортного средства (велосипеда). Требования, предъявляемые к техническому состоянию велосипеда. Обязанности велосипедиста, правила его поведения на дороге.		
10	Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре.		
11	Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.		
Опасные ситуации природного характера (3 ч.)			
12	Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явления.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе. Изучение материала методом игры.

13-14	Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.		
Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (3 ч.)			
15	Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы). Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в паре и группе.
16	Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационноопасных объектах; аварии на пожарных - взрывоопасных объектах; аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.		
17	Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).		
Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (2 ч.)			
18	Антиобщественное поведение и его опасность. Обеспечение личной безопасности дома. Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома. Решение ситуативных задач.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении.
19	Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасные ситуации. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в		

	общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.		
Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (3 ч.)			
20	Экстремизм и терроризм, основные понятия, причины их возникновения. Виды экстремистской и террористической деятельности.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в паре и группе.
21	Виды террористических актов и их последствия.		
22	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.		
Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3 ч.)			
23	Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств. Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основные составляющие здорового образа жизни.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в паре и группе.
24	Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой.		
25	Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода, гигиена питания.		
Факторы, разрушающие здоровье (3 ч.)			
25	Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для совершенствования духовных и физических качеств. Вредные привычки (курение, употребление алкоголя), их отрицательное		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в паре и группе.

	влияние на развитие способностей человека и его здоровье.		
26	Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия постоянного курения для здоровья человека. Как уберечь себя от курения.		
27	Алкоголь — наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность, отношение Человека, ведущего здоровый образ жизни, к употреблению спиртных напитков.		
Первая медицинская помощь и правила ее оказания (6 ч.)			
28	Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи.		Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в паре и группе.
29	Ситуации, при которых следует немедленно вызывать «скорую помощь», правила ее вызова.		
30	Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.		
31	Последовательная отработка навыков в оказании первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении.		
32-33	Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях.		
34	По выбору преподавателя отрабатываются навыки по оказанию первой медицинской помощи при отравлении медикаментами, препаратами бытовой химии, кислотами, щелочами, никотином, угарным газом.		