

**государственное бюджетное образовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа п. Комсомольский муниципального района Кинельский Самарской  
области**

**«РАССМОТРЕНО»**

на Методическом объединении учителей  
естественно-математического цикла

Протокол № 1 от «29» августа 2023 г.

**«ПРОВЕРЕНО»**

Заместитель директора по УВР  
Громко И.А.

«31» «августа» 2023г.

**«УТВЕРЖДЕНО»**

Директор школы:

\_\_\_\_\_ /А.Н.Фенюк/

Приказ №288-ОД от «31» «августа»  
2023 г

**ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**Направление:** спортивно- оздоровительное

**Возраст школьников** 11-13 лет

**Разработчик:** Глотова Н.В.

## Пояснительная записка

Данная программа внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5-7 классах разработана на основании следующих нормативных документов: ФГОС основного общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения РФ от 31.05.2021 № 287; Основной образовательной программы основного общего образования ГБОУ СОШ пос. Комсомольский, разработанная на основе ФГОС и ФООП.

Программа курса внеурочной деятельности "Основы безопасности жизнедеятельности" направлена на спортивно- оздоровительную деятельность обучающихся 5-7 классов.

В рабочей программе реализованы требования Конституции Российской Федерации и федеральных законов «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О радиационной безопасности населения», «О пожарной безопасности», «Об экологической безопасности», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Стратегии национальной безопасности Российской Федерации.

### Цель курса:

- усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- антиэкстремистское и антитеррористическое мышление и поведение учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
- готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

### Место предмета в учебном плане

Изучение курса внеурочной деятельности ОБЖ предусматривается в течение трех лет, в 5–7 классах по 1 часу в неделю. Всего на изучение курса внеурочной деятельности ОБЖ отводится 102 часа, из них по 34 часа в каждом классе.

В ГБОУ СОШ пос. Комсомольский в соответствии с положением «О внеурочной деятельности» предусмотрено оценивание достижений обучающихся по системе «зачёт - незачёт». Форма промежуточной аттестации - в виде тестирования.

### Содержание курса внеурочной деятельности

Содержание курса представлено следующими модулями:

- модуль №1 «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»;

- модуль № 2 «Здоровье и как его сохранить»;
- модуль № 3 «Безопасность на транспорте»;
- модуль № 4 «Безопасность в быту»;
- модуль № 5 «Безопасность в социуме»;
- модуль № 6 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»;
- модуль № 7 «Безопасность в информационном пространстве»;
- модуль № 8 «Безопасность в природной среде»;
- модуль № 9 «Безопасность в чрезвычайных ситуациях природного характера»
- модуль № 10 «Основы медицинских знаний»;

Модуль «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе». Почему нужно изучать предмет ОБЖ. Опасности в жизни человека. Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях. Разновидности чрезвычайных ситуаций.

Модуль «Здоровье и как его сохранить. Организм человека и его безопасность. Системы органов. Нервная система. Сердце. Дыхательная система. Правильное питание. Здоровье органов чувств. Психическое здоровье человека. Социальное здоровье человека. Факторы, влияющие на здоровье. Как вести здоровый образ жизни. Физическая культура и её влияние на здоровье. Закаливание. Компьютер и здоровье. Инфекционные заболевания и способы их профилактики. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания, употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов.

Модуль «Безопасность на транспорте». Правила поведения для пешеходов. Правила поведения для пассажиров. Если вы водитель велосипеда. Безопасность на дорогах. Правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном), ответственность за их нарушения.

Модуль «Безопасность в быту». Среда обитания человека. Службы безопасности города (поселка). Основные правила безопасности на улице. Безопасность дома. Безопасность в подъезде и на игровой площадке. Правила поведения при пожаре.

Модуль «Безопасность в социуме». Какие конфликты возникают в социуме. Чрезвычайные ситуации социального характера. Роль государства и общества в обеспечении безопасности жизни и здоровья граждан Российской Федерации.

Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму». Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность. Ответственность несовершеннолетних за правонарушения. Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

Модуль «Безопасность в информационном пространстве». Информационная среда. Безопасное использование информационных ресурсов.

Модуль «Безопасность в природной среде». Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах и поездках. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Стихийные бедствия и их опасности. Ориентирование. Чрезвычайные ситуации природного характера. Туристский поход.

Модуль «Безопасность в чрезвычайных ситуациях природного характера». Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии).

Модуль «Основы медицинских знаний». Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей. Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током

### **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

#### **Личностные результаты:**

У учащихся будут сформированы:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте; • формирование
- понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания; • освоение
- социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости
- формирование потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Учащиеся **получат возможность для формирования:**

- выраженной познавательной мотивации;
- устойчивого интереса к новым способам познания и поведения.

**Регулятивные УДД:**

Учащиеся **научатся:**

- принимать и сохранять познавательную задачу;
- учитывать выделенные в пособиях этапы работы;
- планировать свои действия;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль в своих действиях и поступках;
- адекватно воспринимать оценку учителя;
- различать способ и результат действия;
- вносить коррективы в действия на основе их оценки и учета сделанных ошибок;

Учащиеся **получат возможность научиться:**

- проявлять познавательную инициативу;
- самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в незнакомом материале;
- преобразовывать жизненную ситуацию в познавательную;
- находить правильные варианты решения в сложившихся ситуациях.

**Познавательные УДД:**

Учащиеся **научатся:**

- понимание необходимости безопасного, здорового и разумного образа жизни;
- 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;
- понимание антиэкстремистской 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, их последствий для личности, общества и государства;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказывать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных

возможностей;

Учащиеся **получат возможность научиться:**

- осуществлять расширенный поиск информации в соответствии с поставленной задачей с использованием дополнительных литературных ресурсов;
  - осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме;
- сформировать правильное представление о современной культуре безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

**Коммуникативные УДД:**

Учащиеся **смогут:**

- допускать существование различных точек зрения и различных вариантов выполнения поставленной задачи;
- учитывать разные мнения, стремиться к координации при выполнении коллективных работ;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться, приходить к общему решению;
- соблюдать корректность в высказываниях;
- задавать вопросы по существу;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- контролировать действия партнера;

Учащиеся **получит возможность научиться:**

- учитывать разные мнения и обосновывать свою позицию;
- с учетом целей коммуникации достаточно полно и точно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- владеть монологической и диалогической формой речи;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать партнерам в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;

**Предметными** результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

- формирование убеждения в необходимости безопасного, здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- 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 и разумный образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
- 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, их последствий для личности, общества и государства;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;

### Тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Человек и его безопасность	3	Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school-collection.edu.ru); Основы безопасности жизнедеятельности ( <a href="http://www.school-obz.org">http://www.school-obz.org</a> ); Российская
2	Здоровье и факторы, влияющие на него	5	
3	Безопасное поведение на дороге и в транспорте	3	
4	Безопасность вашего жилища	6	
5	Безопасность в криминогенных ситуациях	2	
6	Экстремизм и терроризм - угрозы личности, обществу и государству	3	электронная школа(resh.edu.ru); Учи.ру — интерактивная образовательная онлайн-платформа(uchi.ru); Электронная форма учебника.
7	Безопасность в информационном пространстве	2	

8	Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях	3
9	Производственные аварии и их опасность для жизни, здоровья и благополучия человека	3
10	Первая помощь и правила её оказания	4



6 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Здоровье и правила его сбережения	6	Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school-collection.edu.ru); Основы безопасности жизнедеятельности ( <a href="http://www.school-obz.org">http://www.school-obz.org</a> ); Российская электронная школа (resh.edu.ru); Учи.ру — интерактивная образовательная онлайн-платформа (uchi.ru); Электронная форма учебника.
2	Безопасное поведение на природе	7	
3	Правила безопасного поведения в различных видах походов	4	
4	Безопасное поведение при автономном существовании	5	
5	Опасные встречи в природных условиях	4	
6	Первая помощь в природных условиях	8	

7 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Как улучшить отношения с окружающими	4	<p>Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school- collection.edu.ru);</p> <p>Основы безопасности жизнедеятельности (<a href="http://www.school-obz.org">http://www.school-obz.org</a>);</p> <p>Российская электронная школа(resh.edu.ru);</p> <p>Учи.ру — интерактивная образовательная онлайн-платформа(uchi.ru);</p> <p>Электронная форма учебника.</p>
2	Безопасность в повседневной жизни	3	
3	Безопасность в ситуациях , связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном	2	
4	Безопасность вашего жилища	2	
6	Терроризм -угроза обществу и каждому человеку	6	
7	ЧС природного характера	7	
8	Природные пожары	2	
9	ЧС биолого-социального происхождения	3	
10	Первая помощь и правила ее оказания	4	
11	Итоговое занятие	1	

## Литература

1. Поляков В. В., Кузнецов М. И., Марков В. В., Латчук В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: учебник. — М.: Дрофа.
2. Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа. Латчук В. Н.,
3. Миронов С. К. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: тетрадь для оценки качества знаний. — М.: Дрофа. Латчук В. Н.,
4. Миронов С. К., Бурдакова Т. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: рабочая тетрадь ученика. — М.: Дрофа.