

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Основная общеобразовательная школа №1»

РАССМОТРЕНА  
на методическом объединении  
Протокол № 1 от 29.08.2019 г.

ПРИНЯТА  
педагогическим советом  
Протокол № 1 от 30.08.2019 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ «Основная  
общеобразовательная школа №1»  
С. В. Вожик  
Приказ № 1 от 02.09.2019 г.



**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
по социальному направлению  
«Жизнь без опасностей»  
для учащихся 5- 7 классов.**

Составитель:  
Усова О.В.

г. Новокузнецк

## Содержание

1. Результаты освоения опасностей.....	курса	«Жизнь	без	3 - 5
2. Содержание курса «Жизнь без опасностей» с указанием форм организации и видов деятельности.....				5 - 13
3. Тематическое планирование .....				13 - 14

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Жизнь без опасностей» для 5-7 классов составлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО, на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «Основная общеобразовательная школа № 1», а также с учетом программ, включенных в ее структуру.

### 1. Результаты освоения курса

#### **Личностные результаты должны отражать:**

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) развитие 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;
- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- 9) формирование основ экологической культуры соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- 10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- 11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

#### **Метапредметные результаты должны отражать:**

- 1) умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы;
- 7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 8) смысловое чтение;
- 9) умение 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 учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- 10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- 11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ -компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарями и другими поисковыми системами;
- 12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

**2. Содержание курса внеурочной деятельности «Жизнь без опасностей» с указанием форм организации и видов деятельности.**

**5 класс.**

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание раздела</b>	<b>Форма организации</b>	<b>Виды деятельности</b>
<b>Введение. Значение и задачи программы внеурочной деятельности «Жизнь без опасностей» (3 ч.).</b>			
1.	Опасные и чрезвычайные ситуации.	Беседа	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.	Беседа. Индивидуальная работа.	
3.	Учитесь выявлять и предвидеть опасности.	Беседа. Групповая работа.	
<b>Службы защиты населения. Сигналы оповещения об опасности (1 ч.).</b>			
4.	Службы, которые нам помогают при опасных и чрезвычайных ситуациях. Сигналы оповещения об опасности.	Беседа	Знакомство с информацией, участие в обсуждении.
<b>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.).</b>			

5.	Город и село.	Беседа. Групповая работа.	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.	Беседа.		
7.	Пожары в зданиях.	Беседа. Индивидуальная работа		
8.	Оповещение при пожаре и эвакуация.	Беседа. Групповая работа.		
9.	Средства тушения пожаров.	Беседа. Групповая работа.		
10.	Газы и чем они опасны.	Беседа. Индивидуальная работа		
11.	Затопление жилища.	Учебная дискуссия		
12.	Разрушение здания.	Беседа		
13.	Опасные вещества в быту.	Беседа. Групповая работа		
<b>Опасные ситуации на дорогах и на транспорте. Правила дорожного движения (7 ч.).</b>				
14.	Опасные ситуации на дорогах.	Беседа. Групповая работа.		Знакомство с информацией, участие в диалоге, работа в группе по обсуждению информации об правилах дорожного движения, сбор информации, индивидуальные выступления. Выполнение тестовых работ.
15.	Безопасность в общественном и личном транспорте.	Индивидуальная работа.		
16.	Правила поведения в метро.	Беседа		
17.	Правила поведения на железнодорожном транспорте.	Беседа. Индивидуальная работа.		
18.	Опасности на воде и водном транспорте.	Беседа. Групповая работа.		
19.	Опасный лед.	Беседа		
20.	Аварийные ситуации на воздушном транспорте.	Беседа. Индивидуальная работа.		
<b>Опасные ситуации социального характера (3 ч.).</b>				
21.	Криминальные ситуации. Как защитить свой дом.	Беседа.	Знакомство с информацией, участие в диалоге, работа в группе, сбор информации, выполнение тестовых работ.	
22.	Криминальные ситуации на улице и в других общественных местах.	Беседа. Групповая работа.		
23.	Криминальные ситуации на улице и в других общественных местах.	Индивидуальная работа.		
<b>Безопасность окружающей среды. Экологическое равновесие (4 ч.).</b>				
24.	Нарушение экологического равновесия.	Беседа. Групповая работа.	Знакомство с информацией, участие в диалоге, работа в группе по обсуждению экологии Кузбасса, сбор информации, индивидуальные выступления.	
25.	За чистый воздух!	Индивидуальная работа.		
26.	Вода – формула жизни!	Беседа.		
27.	Загрязнение почвы.	Беседа.		
<b>Основы здорового образа жизни (4 ч.).</b>				
28.	Продукты под контролем.	Беседа	Знакомство с информацией, участие в диалоге, работа в группе по составлению	
29.	Опасные продукты.	Индивидуальная работа.		
30.	Безопасный компьютер.	Беседа.		

31.	Правила здорового образа жизни.	Беседа. Групповая работа.	сбалансированного меню, сбор информации, работа над докладами о здоровом образе жизни.
<b>Основы медицинских знаний (4 ч.).</b>			
32.	Оказание первой медицинской помощи. (ПМП).	Беседа.	Знакомство с информацией, участие в диалоге, отработка практических навыков по наложению повязок, кровоостанавливающего жгута, применение дезинфекционных средств. Участие в годовой итоговой беседе.
33.	Практическое занятие по оказанию первой медицинской помощи. (ПМП).	Практическое занятие	
34.	Первая помощь при термических и химических ожогах. Практикум.	Практическое занятие	
35.	Итоговое занятие.	Дискуссия. Беседа. Практические задания.	

#### 6 класс

№ п/п	Содержание раздела	Форма организации	Виды деятельности
<b>Экстремальная ситуация в автономном существовании на природе. (3ч.)</b>			
1.	Опасные и экстремальные ситуации. Что к ним приводит?	Беседа	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.	Беседа. Индивидуальная работа.	
3.	Причины, мешающие успешно справиться с экстремальной ситуацией.	Беседа. Групповая работа.	
<b>Различные климатические условия (2ч.)</b>			
4.	Влияние климата на человека	Беседа	Знакомство с информацией, участие в обсуждении. Групповая работа.
5.	Общие правила успешной акклиматизации	Беседа. Групповая работа.	
<b>Выживание человека в условиях автономного существования в природной среде (15ч.)</b>			
6.	Если ты отстал от группы.	Беседа. Индивидуальная работа.	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.	Беседа	
8.	Авария транспортного средства в безлюдной местности.	Беседа. Групповая работа.	
9.	Способы подачи сигналов бедствия.	Беседа	
10.	Ориентирование по компасу.	Беседа. Групповая работа. Практические задания.	
11.	Ориентирование по Солнцу, Луне, звездам.	Беседа. Индивидуальная работа.	
12.	Ориентирование по местным признакам.	Беседа	

13.	Как находить дорогу к жилью.	Беседа. Групповая работа.	
14.	Устройство временных укрытий.	Беседа	
15.	Добывание огня, разведение костра.	Беседа. Групповая работа. Практические задания.	
16.	Обеспечение бытовых потребностей.	Беседа. Индивидуальная работа.	
17.	Обеспечение водой.	Беседа	
18.	Организация питания.	Беседа. Индивидуальная работа.	
19.	Личная гигиена, уход за одеждой и обувью.	Беседа. Групповая работа.	
20.	Возможные опасности в пути и меры по их предупреждению.	Беседа	
<b>Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях. (10ч.)</b>			
21.	Общие принципы оказания самопомощи.	Беседа	Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе, сбор информации. Практическая отработка навыков.
22.	Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему.	Беседа. Индивидуальная работа. Практические задания.	
23.	Аптечка. Природные лекарственные средства.	Беседа	
24.	Потертости и мозоли. Ссадины и порезы.	Беседа. Индивидуальная работа. Практические задания.	
25.	Закрытые травмы.	Беседа. Групповая работа.	
26.	Опасные животные.	Беседа	
27.	Отравления.	Беседа	
28.	Первая помощь утопающему. Основные приемы оживления – реанимации.	Практические задания.	
29.	Тепловые и солнечные удары. Обморожения.	Беседа. Групповая работа.	
30.	Заболевание глаз. Удаление инородных предметов из глаза, уха, носа.	Беседа. Групповая работа.	
<b>Практические занятия (2ч.)</b>			
31.	Переноска пострадавшего без носилок.	Практические задания. Групповая работа.	Практическая отработка навыков. Работа в группе.
32.	Вязание узлов.	Практические задания.	

<b>Здоровый образ жизни (3ч.)</b>			
33.	Личная гигиена подростка.	Беседа.	Знакомство с информацией, участие в обсуждении, сбор информации.
34.	Культура питания подростка.	Беседа.	
35.	Особенности подросткового возраста.	Дискуссия.	

**7класс.**

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание раздела</b>	<b>Форма организации</b>	<b>Виды деятельности</b>
<b>Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий (20ч.)</b>			
1.	Опасные природные явления, приводящие ЧС и единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС.	Беседа	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».	Беседа. Индивидуальная работа.	
3.	Наводнений и их последствия.	Беседа. Групповая работа.	
4.	Как защититься от наводнений. Как себя вести при угрозе и во время наводнений.	Беседа. Групповая работа.	
5.	Стихийный ветер, приводящий к различным чрезвычайным ситуациям.	Беседа.	
6.	Метеорологические явления и их последствия.	Беседа. Групповая работа.	
7.	Как защититься от ураганов, бурь и смерчей. Поведение людей при угрозе и во время метеорологических явлений.	Беседа. Индивидуальная работа.	
8.	Что такое землетрясение. И чем оно опасно.	Беседа	
9.	Как защититься от землетрясений	Беседа. Индивидуальная работа.	
10.	Помоги себе сам во время землетрясения.	Беседа. Групповая работа.	
11.	Откуда берутся цунами	Беседа	
12.	Разрушающие последствия цунами.	Беседа. Индивидуальная работа.	
13.	Рекомендации МЧС, как себя вести во время цунами.	Беседа. Групповая работа.	
14.	Геология и опасные явления.	Беседа	
15.	Чем страшны опасных геологических явления.	Беседа. Индивидуальная работа.	
16.	Мероприятия по защите от обвалов, оползней и селей.	Беседа. Групповая работа.	



	Действия во время этих стихий.		
17.	Природные пожары.	Беседа	
18.	Чем опасны лесные и торфяные пожары.	Беседа. Индивидуальная работа.	
19.	Предотвращение пожаров. При пожаре не зевай! Действуй быстро!	Беседа. Групповая работа.	
20.	Природные стихии – очень опасны.	Беседа. Групповая работа.	
<b>Чрезвычайные ситуации социального характера. (2ч.)</b>			
21.	Терроризм – мировая угроза.	Беседа. Индивидуальная работа.	Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе.
22.	Как вести себя в толпе?	Беседа. Групповая работа.	
<b>Дорожное движение и его правила. (4ч.)</b>			
23.	Из чего состоит дорога.	Беседа.	Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в группе. Изучение материала методом игры.
24.	Водитель – главный участник дорожного движения. ДТП.	Беседа. Групповая работа.	
25.	Правила дорожного движения для пешеходов.	Беседа. Групповая работа.	
26.	Во дворах есть свои правила дорожного движения.	Беседа. Индивидуальная работа.	
<b>Оказание первой помощи. (7ч.)</b>			
27.	Раны. Первая медицинская помощь. Правила наложения повязок.	Беседа. Работа в паре.	Знакомство с информацией, участие в обсуждении, работа в паре и группе.
28.	Практическое занятие по наложению повязок.	Работа в паре.	
29.	Первая помощь при переломах.	Беседа.	
30.	Практическое занятие по наложению шин.	Групповая работа.	
31.	Тепловые и солнечные удары. Обморожение.	Беседа.	
32.	Практические занятия по оказанию первой медицинской помощи при различных травмах. Ожоги. Кровотечения.	Работа в паре. Групповая работа.	
33.	Практические занятия по оказанию первой медицинской помощи при различных травмах. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца.	Работа в паре. Групповая работа.	
<b>Основы здорового образа жизни. (2ч.)</b>			
34.	Здоровье человека.	Беседа.	Знакомство с информацией, участие в обсуждении.
35.	Как сохранить здоровье.	Беседа. Индивидуальная работа.	

### 3. Тематическое планирование

#### 5 класс

№ п/п	Раздел программы	Количество часов
1.	Введение. Значение и задачи курса «Основы безопасности жизнедеятельности»	3
2.	Службы защиты населения. Сигналы оповещения об опасности.	1
3.	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
4.	Опасные ситуации на дорогах и на транспорте. Правила дорожного движения.	7
5.	Опасные ситуации социального характера.	3
6.	Безопасность окружающей среды. Экологическое равновесие.	4
7.	Безопасное поведение в населенном пункте, городе.	3
8.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	5
	<b>итого</b>	<b>35ч.</b>

#### 6 класс

№ п/п	Раздел программы	Количество часов
1.	Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в нее.	3
2.	Пребывание человека в различных климатических условиях.	2
3.	Выживание человека в условиях автономного существования в природной среде.	15
4.	Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях.	10
5.	Практические занятия.	2
6.	Здоровый образ жизни.	3
	<b>итого</b>	<b>35ч.</b>

#### 7 класс

№ п/п	Раздел программы	Количество часов
1.	Стихийные проявления природы. ЧС природного характера.	20
2.	Безопасность человека в экстремальных ситуациях социального характера.	2
3.	Правила дорожного движения.	4
4.	Оказание первой медицинской помощи.	7
5.	Основы здорового образа жизни	2
	<b>итого</b>	<b>35ч.</b>