|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  средняя общеобразовательная школа №5   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | |  | |  |  |  | | --- | --- | --- | | РАССМОТРЕНО:  Заседание МО нач.кл.  Протокол №7 от 31.05.2021 Руководитель МО:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_// | СОГЛАСОВАНО:  Заместитель директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Дауб О.В../ | УТВЕРЖДЕНО:  Директор МБОУ СОШ №5  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Зорина Л.Р./  Приказ от 23.08.2021г № 275-у | |  |   Программа  внеурочной деятельности  основы безопасности жизнедеятельности  Срок реализации:1 год  Разработал:  Белякова М.И.  учитель нач.классов  МБОУ СОШ №5  2021г  г.Урай |

**1.Результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

**Предметные:**

* использование для познания окружающего мира различных методов наблюдения и моделирования;
* выделение характерных причинно-следственных связей;
* творческое решение учебных и практических задач;
* сравнение, сопоставление, классификация, ранжирование объектов по одному или нескольким предложенным основаниям, критериям; самостоятельное выполнение различных творческих работ, участие в проектной деятельности;
* использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, интернет-ресурсы и другие базы данных;
* самостоятельная организация учебной деятельности; оценивание своего поведения, черт своего характера, своего физического и эмоционального состояния;
* соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни;
* использование своих прав и выполнение своих обязанностей как гражданина, члена общества и учебного коллектива.

**Метапредметные** связи содержания программы прослеживаются через:

•    овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

•    овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей,  оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

•    формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

•    приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

•    развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

•    освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

•    формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Результаты по курсу внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности» направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

Ожидаемый результат обучения по данной примерной программе в наиболее общем виде может быть сформулирован как способность обучающихся правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера.

2. **Содержание курса внеурочной деятельности.**

**1-й год реализации**

Общие понятия опасности и чрезвычайной ситуации. Что такое авария на производстве, экологическая катастрофа, стихийное бедствие. Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни». Режим дня. Необходимые условия, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья. Уход за своим телом. Основные виды травм у детей. Первая медицинская помощь (на примере ожога). Как уберечься от порезов и ожогов. Общие правила оказания первой медицинской помощи при порезах, ожогах, укусах насекомых, кровотечениях. Источники возможной опасности и опасные ситуации, которые могут возникнуть дома. Опасные ситуации, которые могут возникнуть при контактах с незнакомыми людьми. Наиболее безопасный путь в школу и домой. Правила перехода дороги. Правила перехода дороги при высадке из транспортного средства. Правила безопасного поведения на улицах и дорогах. Где можно и где нельзя играть. Правила безопасного поведения при возникновении пожара в доме. Влияние на здоровье человека температуры окружающего воздуха и погодных условий (ветер, дождь, снег). Что значит одеться по сезону, правила поведения. Чистый воздух, его значение для здоровья человека, причины загрязнения воздуха. Правила безопасного поведения в парках, скверах, в лесу, понятие об ориентировке на местности. Опасные животные и насекомые. Правила безопасного поведения и меры защиты.

Уметь: составить распорядок дня; ухаживать за полостью рта, руками, ногами; оказать медицинскую помощь при порезах, ожогах, укусах насекомых, первую медицинскую помощь при небольших кровотечениях, ожогах; безопасно общаться с незнакомыми людьми на улице, в подъезде дома, по телефону; выбрать наиболее безопасный путь в школу и домой; правильно переходить дорогу, перекресток; различать сигналы светофора и регулировщика; правильно переходить дорогу при высадке из транспортного средства; принять безопасную позу при аварийной ситуации в транспорте; самостоятельно одеться по сезону; самостоятельно ориентироваться и правильно вести себя в парках, скверах, в лесу; правильно вести себя при встрече с животными и насекомыми (пчелами, осами); оказать первую медицинскую помощь при укусах насекомых.

**2-й год реализации**

Опасность водоемов зимой. Меры предосторожности при движении по льду водоемов. Правила поведения на пляже. Правила купания в оборудованных и необорудованных местах. Правила безопасного поведения в лесу, в поле. Возможные опасные ситуации при движении по открытой местности: ориентирование, правила поведения во время дождя, грозы, снегопада и др. Ядовитые растения, грибы, ягоды. Правила поведения при встрече с опасными животными и насекомыми. Здоровье. Как живет наш организм. Наши органы: головной мозг, нервы, глаза, уши, зубы, мышцы, кости и суставы, сердце и кровеносные сосуды, желудок и кишечник. Неинфекционные заболевания, их связь с образом жизни. Избыточный вес. Травмы, порезы, ссадины и царапины. Отравления. Их причины и признаки. Виды чрезвычайных ситуаций. Чрезвычайные ситуации природного происхождения. Наводнения, причины наводнений. Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Сигнал «Внимание всем!».

Уметь: правильно перейти водоем по льду; правильно вести себя на пляже; плавать техникой плавания «кроль на груди»; ориентироваться в лесу; уметь вести себя на реке зимой; правильно вести себя при встрече с опасными животными и насекомыми, защищаться от них; распознать отравление и оказать первую помощь при отравлении грибами; оказать первую помощь при царапине, ссадине, порезе, при небольшом ожоге или обморожении; действовать по сигналу «Внимание всем!».

**3-й год реализации**

Правила движения пешеходов по дорогам, право- и левостороннее движение. Виды транспортных средств, сигналы, подаваемые водителями транспортных средств. Скорость движения городского транспорта, тормозной путь в зависимости от состояния дороги. Правила движения пешеходов по загородной дороге. Обязанности пассажиров. Правила посадки в транспортное средство и высадки из него. Правила поведения при возникновении пожара в общественных местах, в общественном транспорте. Меры безопасности при пользовании в быту предметами бытовой химии, электрическими и газовыми приборами, печным отоплением. Признаки отравления угарным газом, меры профилактики отравлений. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Особенности поведения с незнакомыми людьми. Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Чрезвычайные ситуации природного и антропогенного происхождения (ураган, буря, смерч, лесной пожар). Действия по предупреждению пожара.

Уметь: переходить дорогу, перекресток; различать сигналы светофора и регулировщика, сигналы, подаваемые водителями транспортных средств; оценить скорость движения городского транспорта, состояние дороги и тормозной путь; правильно садиться в общественный транспорт и выходить из него; двигаться по загородной дороге, в том числе группой; правильно вести себя при возникновении пожара в общественных местах или в общественном транспорте; разговаривать с незнакомыми людьми при звонке в дверь или по телефону; соблюдать меры безопасности при пользовании предметами бытовой химии, электрическими, газовыми приборами и печным отоплением; оказать первую помощь при отравлении угарным газом; действовать при обнаружении возгорания в лесу, в поле.

**4-й год реализации**

Правила перехода дороги. Правила движения на велосипедах. Правила безопасного поведения при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажира. Основные правила поведения при купании, отдыхе у воды, катании на лодке. Способы и средства спасения утопающих. Основные спасательные средства. Ориентирование на местности. Безопасная переправа через водную преграду. Меры пожарной безопасности при разведении костра. Вызов «скорой помощи». Основные понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Факторы, отрицательно влияющие на состояние здоровья (курение, алкоголь).

Уметь: правильно переходить дорогу, перекресток; ориентироваться на местности: определять стороны горизонта по компасу и местным предметам; определять расстояние по карте и местности; организовать безопасную переправу через небольшой ручей или канаву; завязать 1-2 вида узлов, развести и погасить костер; вызвать «скорую помощь», оказать первую медицинскую помощь при порезах и ссадинах, ушибе, небольшом ожоге, при попадании инородного тела в глаз, ухо или нос, при укусах насекомых, собак, кошек, при кровотечении из носа, при травме опорно-двигательного аппарата (кистей рук, бедра, колена).

**Формы занятий:**

- беседа-диалог;

- игры;

- экскурсии;

- практические занятия;

- встречи с инспекторами ГИБДД и МЧС, медицинскими работниками;

- конкурсы;

- просмотры видеороликов с последующим их обсуждением.

**Формы подведения итогов реализации программы:**

- тест;

- викторина;

- выставка творческих работ;

- защита проектов;

- участие в научно-практической конференции.

**3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы**

**1 класс (33 часа)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата по факту | № урока | Название раздела, темы занятия | Кол-во часов теории | Кол-во часов практики |
| **Защита человека в чрезвычайных ситуациях (6 часов)** | | | | |
|  | 1 | Чрезвычайные ситуации. Общее понятие. | 1 |  |
|  | 2 | Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени. | 1 |  |
|  | 3 | Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения. | 1 |  |
|  | 4 | Тренировочная эвакуация из здания школы. |  | 1 |
|  | 5 | Подготовка к действиям в ЧС мирного и военного времени. | 1 |  |
|  | 6 | День защиты детей. | 1 |  |
| **Основы здорового образа жизни (7 часов)** | | | | |
|  | 7 | Здоровье человека. | 1 |  |
|  | 8 | Что означают слова «здоровый образ жизни». | 1 |  |
|  | 9 | Практическая работа «Мы за здоровый образ жизни». |  | 1 |
|  | 10 | Основы личной гигиены. | 1 |  |
|  | 11 | Режим дня первоклассника. | 1 |  |
|  | 12 | Проект «Мой режим дня». |  | 1 |
|  | 13 | Защита проекта «Мой режим дня». |  | 1 |
| **Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (6 часов)** | | | | |
|  | 14 | Основные виды травм у детей младшего школьного возраста. | 1 |  |
|  | 15 | Первая медицинская помощь при травмах. | 1 |  |
|  | 16 | Практическая работа «Первая медицинская помощь при травмах». |  | 1 |
|  | 17 | Ожоги и укусы насекомых. | 1 |  |
|  | 18 | Первая медицинская помощь при ожогах и укусах насекомых. | 1 |  |
|  | 19 | Практическая работа «Первая медицинская помощь при ожогах и укусах насекомых». |  | 1 |
| **Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни. Правила поведения. (14 часов)** | | | | |
|  | 20 | Безопасное поведение дома. | 1 |  |
|  | 21 | Проект «Один дома». |  | 1 |
|  | 22 | Защита проекта «Один дома». |  | 1 |
|  | 23 | Опасные незнакомцы. | 1 |  |
|  | 24 | Практическая работа «Учусь говорить незнакомцам «Нет!». |  | 1 |
|  | 25 | Безопасное поведение на улицах и дорогах. | 1 |  |
|  | 26 | Мы – пешеходы. Мы – велосипедисты. | 1 |  |
|  | 27 | Экскурсия к перекрестку. |  | 1 |
|  | 28 | Пожарная безопасность. | 1 |  |
|  | 29 | Безопасное поведение при пожарах. Тест. |  | 1 |
|  | 30 | Тренировочная эвакуация из здания школы. |  | 1 |
|  | 31 | Природа. | 1 |  |
|  | 32 | Безопасное поведение на природе. | 1 |  |
|  | 33 | На прогулке в лесном парке. |  | 1 |
| **Итого часов** | **33** |  | **20** | **13** |

**2 класс (34 часа)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата по факту | № урока | Название раздела, темы занятия | Кол-во часов теории | Кол-во часов практики |
| **Защита человека в чрезвычайных ситуациях (12 часов)** | | | | |
|  | 1 | Какими бывают чрезвычайные ситуации. | 1 |  |
|  | 2 | Чрезвычайные ситуации природного происхождения. Наводнение. | 1 |  |
|  | 3 | Сигнал «Внимание всем!» |  | 1 |
|  | 4 | Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения. | 1 |  |
|  | 5 | Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения. | 1 |  |
|  | 6 | Практическая работа «Гражданская оборона». |  | 1 |
|  | 7 | Подготовка к действиям в ЧС мирного и военного времени. | 1 |  |
|  | 8 | Практическая работа «Внимание всем!» |  | 1 |
|  | 9 | Тренировочная эвакуация из здания школы. |  | 1 |
|  | 10 | День защиты детей в истории. | 1 |  |
|  | 11 | Викторина «День защиты детей». |  | 1 |
|  | 12 | Выставка рисунков «День защиты детей». |  | 1 |
| **Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (12 часов)** | | | | |
|  | 13 | От чего зависит наше здоровье. | 1 |  |
|  | 14 | Как живет наш организм. | 1 |  |
|  | 15 | Наши органы. | 1 |  |
|  | 16 | Практическая работа «Организм человека». |  | 1 |
|  | 17 | Инфекционные и неинфекционные заболевания. | 1 |  |
|  | 18 | Избыточный вес. Проект «Жизнь без лишнего веса». | 1 |  |
|  | 19 | Защита проекта «Жизнь без лишнего веса». |  | 1 |
|  | 20 | Отравления. Их причины и признаки. | 1 |  |
|  | 21 | Практическая работа «Первая медицинская помощь при отравлении». |  | 1 |
|  | 22 | Основные виды травм у детей младшего школьного возраста. | 1 |  |
|  | 23 | Практическая работа «Первая медицинская помощь при порезе и ссадине». |  | 1 |
|  | 24 | Практическая работа «Первая медицинская помощь при ожоге и обморожении». |  | 1 |
| **Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни. Правила поведения. (10 часов)** | | | | |
|  | 25 | Безопасное поведение на воде зимой. Проект «Безопасная вода». | 1 |  |
|  | 26 | Правила поведения на пляже. Правила купания в оборудованных и необорудованных местах. | 1 |  |
|  | 27 | Защита проекта «Безопасная вода». |  | 1 |
|  | 28 | Безопасное поведение и ориентирование на природе. | 1 |  |
|  | 29 | Осторожно: животные! | 1 |  |
|  | 30 | Осторожно: грибы, растения! | 1 |  |
|  | 31 | Безопасное поведение на улицах и дорогах. | 1 |  |
|  | 32 | Мы – пассажиры. | 1 |  |
|  | 33 | Итоговый тест. |  | 1 |
|  | 34 | Экскурсия к перекрестку. |  | 1 |
| **Итого часов** | **34** |  | **20** | **14** |

**3 класс (34 часа)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата по факту | № урока | Название раздела, темы занятия | Кол-во часов теории | Кол-во часов практики |
| **Защита человека в чрезвычайных ситуациях (12 часов)** | | | | |
|  | 1 | Чрезвычайные ситуации и их виды. | 1 |  |
|  | 2 | Чрезвычайные ситуации природного происхождения. Ураган, буря, смерч. | 1 |  |
|  | 3 | Чрезвычайные ситуации антропогенного происхождения. Лесной пожар. | 1 |  |
|  | 4 | Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения. | 1 |  |
|  | 5 | Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения. | 1 |  |
|  | 6 | Практическая работа «Пожар в лесу». |  | 1 |
|  | 7 | Подготовка к действиям в ЧС мирного и военного времени. | 1 |  |
|  | 8 | Практическая работа «Эвакуация». |  | 1 |
|  | 9 | Тренировочная эвакуация из здания школы. |  | 1 |
|  | 10 | День защиты детей в истории нашего города. | 1 |  |
|  | 11 | Проект «День защиты детей». |  | 1 |
|  | 12 | Защита проекта «День защиты детей». |  | 1 |
| **Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (3 часа)** | | | | |
|  | 13 | Что такое угарный газ. | 1 |  |
|  | 14 | Отравление угарным газом. | 1 |  |
|  | 15 | Практическая работа «Первая медицинская помощь при отравлении газами». |  | 1 |
| **Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни. Правила поведения. (19 часов)** | | | | |
|  | 16 | Виды транспортных средств. | 1 |  |
|  | 17 | Сигналы и тормозной путь транспортного средства. | 1 |  |
|  | 18 | Правила движения пешеходов по загородной дороге. | 1 |  |
|  | 19 | Практическая работа «Сигналы светофора и регулировщика». |  | 1 |
|  | 20 | Обязанности пассажиров. | 1 |  |
|  | 21 | Правила посадки в транспортное средство и высадки из него. | 1 |  |
|  | 22 | Практическая работа «Я – пассажир!» |  | 1 |
|  | 23 | Автобусная экскурсия по городу. |  | 1 |
|  | 24 | Правила поведения при возникновении пожара в общественных местах. | 1 |  |
|  | 25 | Огнеопасно! Электрические и газовые приборы. | 1 |  |
|  | 26 | Огнеопасно! Предметы бытовой химии, печное отопление. | 1 |  |
|  | 27 | Тренировочная эвакуация из здания школы. |  | 1 |
|  | 28 | Безопасное поведение дома. | 1 |  |
|  | 29 | Осторожно: балкон и лестница! | 1 |  |
|  | 30 | Осторожно: лекарства! | 1 |  |
|  | 31 | Практическая работа «Безопасный дом». |  | 1 |
|  | 32 | Практическая работа «Как сохранить личные вещи». |  | 1 |
|  | 33 | Особенности поведения с незнакомыми людьми. | 1 |  |
|  | 34 | Итоговый тест. |  | 1 |
| **Итого часов** | **34** |  | **21** | **13** |

**4 класс (34 часа)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата по факту | № урока | Название раздела, темы занятия | Кол-во часов теории | Кол-во часов практики |
| **Защита человека в чрезвычайных ситуациях (6 часов)** | | | | |
|  | 1 | Чрезвычайные ситуации. | 1 |  |
|  | 2 | Чрезвычайные ситуации природного происхождения. | 1 |  |
|  | 3 | Чрезвычайные ситуации антропогенного происхождения. | 1 |  |
|  | 4 | Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения. | 1 |  |
|  | 5 | Тренировочная эвакуация из здания школы. |  | 1 |
|  | 6 | Тест по теме **«**Защита человека в чрезвычайных ситуациях». |  | 1 |
| **Основы здорового образа жизни (8 часов)** | | | | |
|  | 7 | Здоровье и здоровый образ жизни человека. | 1 |  |
|  | 8 | Проект «Рецепт здоровья нашей семьи». |  | 1 |
|  | 9 | Вредные привычки, их влияние на здоровье. | 1 |  |
|  | 10 | Практическая работа «Если хочешь быть здоров …» |  | 1 |
|  | 11 | Профилактика вредных привычек. | 1 |  |
|  | 12 | Конкурс плакатов «Мы за здоровый образ жизни!» |  | 1 |
|  | 13 | Пути укрепления здоровья. | 1 |  |
|  | 14 | Защита проекта «Рецепт здоровья нашей семьи». |  | 1 |
| **Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (6 часов)** | | | | |
|  | 15 | Скорая медицинская помощь. | 1 |  |
|  | 16 | Практическая работа «Вызов «скорой помощи». |  | 1 |
|  | 17 | Практическая работа «Первая медицинская помощь при порезах, ссадинах, ушибе, небольшом ожоге, кровотечении из носа». |  | 1 |
|  | 18 | Практическая работа «Первая медицинская помощь при попадании инородного тела в глаз, ухо или нос». |  | 1 |
|  | 19 | Практическая работа «Первая медицинская помощь при укусах насекомых, собак и кошек». |  | 1 |
|  | 20 | Практическая работа «Первая медицинская помощь при травме опорно-двигательного аппарата (кисти руки, бедра, колена)». |  | 1 |
| **Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни. Правила поведения. (14 часов)** | | | | |
|  | 21 | Правила дорожного движения для пешеходов. | 1 |  |
|  | 22 | Экскурсия по улицам города. |  | 1 |
|  | 23 | Правила движения на велосипеде. | 1 |  |
|  | 24 | Правила безопасного поведения при следовании железнодорожным транспортом. Обязанности пассажира. | 1 |  |
|  | 25 | Конкурс творческих работ «Правила дорожные знать каждому положено!» |  | 1 |
|  | 26 | Правила поведения на воде (при купании, отдыхе у воды, катании на лодке). | 1 |  |
|  | 27 | Практическая работа «Способы и средства спасения утопающих». |  | 1 |
|  | 28 | Как организовать безопасную переправу через водную преграду. | 1 |  |
|  | 29 | Ориентирование на местности. | 1 |  |
|  | 30 | Практическая работа «Ориентирование на местности». |  | 1 |
|  | 31 | Меры пожарной безопасности при разведении костра. | 1 |  |
|  | 32 | Практическая работа «Один в лесу». |  | 1 |
|  | 33 | Экскурсия в лесопарк. |  | 1 |
|  | 34 | Итоговый тест. |  | 1 |
| **Итого часов** | **34** |  | **16** | **18** |