

Российская Федерация  
УПРАВЛЕНИЕ ПО ОБРАЗОВАНИЮ И НАУКЕ  
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ГОРОДСКОЙ ОКРУГ ГОРОД-КУРОРТ СОЧИ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 78 ГОРОДА СОЧИ имени Куликова Николая  
Яковлевича  
354202 Российская Федерация, Краснодарский край, город Сочи, Лазаревский район, поселок Головинка,  
улица Центральная, дом 93/а, ☎ (862)274-12-41

УТВЕРЖДЕНО  
решением педагогического совета  
МОБУ СОШ №78 им. Куликова Н.Я.  
от 30.08.2023 года протокол №1  
директор МОБУ СОШ №78  
\_\_\_\_\_ Березина Ю.Н.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По курсу внеурочной деятельности «Азбука безопасности»

Основное общее образование 5-7 класс.

Количество часов: 34 часа/год

Кутилов Анатолий Михайлович,

учитель технологии МОБУ СОШ №78 имени Куликова Н.Я.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами курса в соответствии с целями внеурочной деятельности, которые определены стандартом.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Азбука безопасности» для учащихся 5-7 классов разработана на основе:

– Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373(с изменениями и дополнениями от 26.11.2010 №1241, от 22.09.2011 № 2357, от 18.12.2012 №1060, от 29.12.2014 № 1643, от 18.05.2015 №507, от 31.12.2015 № 1576, 31 мая 2021 г. № 286);

Согласно календарному учебному графику на 2023/2024 учебный год в 5,6 и 7х классах 34 учебных недели. В соответствии с учебным планом начального общего образования на 2023/2024 учебный год на изучение курса внеурочной деятельности «Азбука безопасности» отводится 1 час в неделю. Поэтому рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Азбука безопасности» рассчитана на 34 учебных часа. Цель программы курса внеурочной деятельности «Азбука безопасности»: - формирование сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, практических навыков и умений, поведения в экстремальных ситуациях, стремления к здоровому образу жизни, совершенствование морально-психологического состояния и физического развития подрастающего поколения. Задачи: - обучающие: изучение правил безопасного поведения на дорогах и улицах; овладение навыками проведения работы по пропаганде правил дорожного движения; изучение правил противопожарной безопасности; изучение правил безопасного поведения дома, на улице, в школе и в общественных местах; овладение приемами оказания первой помощи пострадавшим; -воспитывающие: выработка активной жизненной позиции учащихся; воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды и к жизни человека, а также к своей жизни; развивающие: развитие духовных и физических качеств, обеспечивающих защищенность личных и общественных интересов от внешних природных и социальных угроз.

### **МЕСТО КУРСА В ПЛАНЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Согласно плану внеурочной деятельности на изучение курса «Азбука безопасности» отводится в 5 классе - 1 час в неделю, в 6 классе –1 час в неделю, в 7 классе –1 час в неделю.

# ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

## Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности «Азбука безопасности»

### 5 класс

**Личностными результатами освоения курса «Азбука безопасности» в 5 классе являются:**

- развитие духовных и физических качеств, обеспечивающих защищенность личных интересов в повседневной жизни подростка;
- понимание важности сохранения своего здоровья и начало формирования потребности соблюдения норм здорового образа жизни;
- формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды и к жизни человека.

**Метапредметными результатами освоения курса «Азбука безопасности» в 5 классе являются:**

- овладение умениями формулировать понятия, что такое опасность и безопасность; понимать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать, видеть причины опасности и понимать их влияние на человека и окружающую среду;
- овладевать навыками безопасного поведения в повседневной жизни; оценивать свои поступки;
- моделировать личные подходы к собственной безопасности в нестандартной ситуации;
- приобретение личного опыта в поиске необходимой информации, умении анализировать ее и делать выводы;
- развитие умения формулировать свои мысли, умения принимать точку зрения собеседника, понимать право существования иного мнения;
- освоение алгоритмов действия в опасной и чрезвычайной ситуации в повседневной жизни: дома, на улице, в транспорте, в школе и других общественных местах.

**Предметные результаты освоения курса «Азбука безопасности» в 5 классе:**

В результате обучения по представленной программе для 5 класса большинство учащихся будут:

- представлять: общие правила поведения в любой опасной ситуации; роль окружающей среды в жизнеобеспечении человека; важность сохранения своего здоровья; роль продуктов питания в сохранении своего здоровья; элементарные правила здорового образа жизни и умение применять их в повседневной жизни.
- понимать: что такое опасность; необходимость обеспечения личной и общественной безопасности, понимать ценность жизни человека; свою ответственность за свои поступки и действия; влияние потенциально опасных источников загрязнения окружающей среды; важность обеспечения безопасности жилища, личной и общественной безопасности.
- знать: что такое опасность, опасная, экстремальная и чрезвычайная ситуации; о службах защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; признаки опасных ситуаций в быту, на улице; возможные источники опасности в населенных пунктах; возможные источники опасности в жилище; возможные причины возгораний и пожаров; принципы работы средств тушения возгорания; подручные средства тушения возгорания; об опасности газов, используемых в быту; порядок действий в случае затопления жилища по разным причинам; порядок действий в случае проявления первых

признаков землетрясения; о возможных опасных ситуациях на дорогах; правила движения пешехода; о возможных опасных ситуациях на общественном транспорте; правила поведения на льду замерзшего водоема; основные правила соблюдения санитарно-гигиенических норм в повседневной жизни; о правилах работы с персональным компьютером; правила обеспечения безопасности жилища и личной и общественной безопасности.

- уметь: сравнивать разные понятия и делать выводы. Объяснять сущность и необходимость правил безопасного поведения. Приводить примеры, анализировать ситуацию и делать соответствующие выводы (индивидуальная работа и работа в группе со сверстниками и учителем). Аргументировать и отстаивать свое мнение. Анализировать ситуацию, делать соответствующие выводы и принимать правильные решения.

- соотносить свои действия с планируемыми результатами. Предвидеть возможность проявления опасности в жилище. Предвидеть возникновения пожароопасных ситуаций. Уметь применять правила обеспечения безопасности жилища и личной и общественной безопасности. Уметь находить альтернативные решения. Знать элементарные правила здорового образа жизни и уметь применять их в повседневной жизни.

### **6 класс**

#### **Личностными результатами обучения ОБЖ в 6 классе являются:**

- развитие духовных и физических качеств, обеспечивающих защищенность личных и общественных интересов от внешних природных и социальных угроз;
- понимание важности сохранения своего здоровья и начало формирования потребности соблюдения норм здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности в конкретной ситуации;
- формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды и к жизни человека, а также к своей жизни.

#### **Метапредметными результатами обучения ОБЖ в 6 классе являются:**

- овладение умениями формулировать понятия, что такое опасность и безопасность; понимать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; анализировать причины возникновения опасности: обобщать и сравнивать, видеть причины опасности и понимать их влияние на человека и окружающую среду;
- овладевать навыками безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; оценивать свои поступки; уметь находить пути решения поставленных задач; моделировать личные подходы к собственной безопасности в нестандартной ситуации;
- приобретение личного опыта в поиске необходимой информации, умении анализировать ее и делать выводы;
- развитие умения формулировать свои мысли, умения принимать точку зрения собеседника, понимать право существования иного мнения; умение работать в коллективе;
- освоение алгоритмами действия в опасной и чрезвычайной ситуации в повседневной жизни и на отдыхе.

#### **Предметные результаты освоения курса «Азбука безопасности» в 6 классе:**

В результате обучения по представленной программе для 6 класса большинство учащихся будут:

**Представлять:** влияние климатических факторов на состояние и здоровье человека. Иметь представление об элементарных медицинских средствах и перевязочном материале при оказании первой помощи. О лекарственных свойствах дикорастущих

растений. Иметь представление о принципах оказания первой доврачебной помощи, в том числе при закрытых переломах, при отравлениях, при укусах животных.

**Понимать:** что такое опасность, опасная, экстремальная и чрезвычайная ситуации; необходимость обеспечения личной и общественной безопасности, понимать ценность жизни человека; свою ответственность за свои поступки и действия; ценность жизни человека.

**Знать:** принципы подготовки к кратковременному и длительному путешествию; что такое топографическая карта и ее информационная нагрузка, представлять, что такое план местности и абрис; стороны света, принципиальное устройство компаса и принцип его работы. Основные правила личной гигиены. Опасных животных. Элементарные санитарно-гигиенические правила.

**Уметь:** оценивать различные возможные реальные ситуации; работать в группе; принимать решения; оценивать особенности своего физического состояния и здоровья. Уметь находить необходимую информацию. Планировать свою деятельность и корректировать ее со своими сверстниками и старшими. Ориентироваться с помощью карты и компаса. Определять стороны света по Солнцу и часам со стрелками. Применить знания, полученные на уроках географии. Применять теоретические знания на практике.

Развивать навыки, необходимые в повседневной жизни. Уметь принимать решение.

Уметь определять пульс, накладывать шину из подручных средств, накладывать жгут при венозном кровотечении. Накладывать простейшие повязки при потертостях, ссадинах, порезах.

## 7 класс

**Личностными** результатами прохождения программы являются:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

**Метапредметными** результатами обучения являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия 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 во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

**Предметными** результатами являются:

1. *В познавательной сфере:*

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

*В ценностно-ориентационной сфере:*

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

3. *В коммуникативной сфере:*

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

4. *В эстетической сфере:*

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

5. *В трудовой сфере:*

- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

- умения оказывать первую медицинскую помощь.

6. *В сфере физической культуры:*

- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

## **СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**5 класс**  
**(34 ч., 1 ч. в неделю)**

**Основы безопасности личности, общества и государства.**

**Основы комплексной безопасности**

**Личная безопасность в повседневной жизни.**

**Введение. Значение и задачи курса «Азбука безопасности».**

-Безопасность, опасная и экстремальная ситуация, чрезвычайная ситуация, виды чрезвычайных ситуаций (техногенная, социальная, природная). Понимание необходимости и важности обеспечения личной и общественной безопасности.

-Понятие «правило безопасного поведения». Понимание важности соблюдения правил безопасности в повседневной жизни. Понимание последствий невыполнения правил безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни. Возможность прогноза возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций. Способы выявления признаков опасностей.

### **Службы защиты населения. Сигналы оповещения об опасности.**

Службы, защищающие население: полиция, пожарная охрана, скорая медицинская помощь, аварийная газовая служба, спасатели (МЧС), поисково-спасательная служба (ПСС). Телефоны специальных служб защиты населения: «01», «02», «03», «04», справочная служба «05» (в Челябинске телефоны специальных служб защиты населения: «101», «102», «103», «104»). Система вызова экстренных служб по единому номеру «112». Оповещение населения, виды сигналов оповещения.

**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.**

- Безопасность в быту. Зависимость существования человека от городской инфраструктуры — социальных структур, обеспечивающих условия жизни в городе.

- Технические аварии в системах жизнеобеспечения: в канализационной системе, затопление помещений; аварии лифта; разрушение зданий; нарушение газоснабжения; отключения электроэнергии и теплоснабжения; неисправность запирающих устройств. Причины возникновения аварий и опасных ситуаций в повседневной жизни, пути их устранения и предотвращения.

- Возгорание. Источники возгорания. Горение. Самовоспламенение. Пожар и его опасные спутники (ядовитый дым, угарный газ, высокая температура воздуха, задымление и плохая видимость, паника и растерянность, обрушение конструкций и взрывы бытового газа). Причины возгорания и пожара, человеческий фактор. Последствия пожара. Правила поведения при возгорании и пожаре. Телефон пожарной службы — «01», «112». Оповещение при пожаре и правила эвакуации. «План эвакуации» в общественных местах. Способы эвакуации. Правила поведения в задымленном помещении. Технические системы охранно-пожарной сигнализации. Пожарные краны. Тушение и средства тушения пожаров. Способы борьбы с небольшим загоранием с использованием имеющихся средств. Правила пожарной безопасности в жилище и общественных местах. Важность соблюдения правил пожарной безопасности. Предотвращение пожароопасной ситуации.

- Опасные вещества в быту. Ядовитые газы и их источники: угарный газ, оксид азота, бытовой газ. Основные свойства и признаки ядовитых газов. Опасные вещества в быту: химические удобрения, средства защиты от сорняков и насекомых в сельском хозяйстве; ртуть, лекарства, непригодные для употребления продукты питания. Классификация бытовой химии (относительно безопасные, опасные для глаз и кожи, огнеопасные, ядовитые). Основные правила соблюдения санитарно-гигиенических норм в повседневной жизни. Признаки отравления и первая доврачебная помощь

### **Безопасное поведение в населенном пункте, городе.**

- Массовые мероприятия в городе, толпа, паника. Поведение человека в толпе.

- Природные опасные явления в городе: гололед и гололедица, штормовой и ураганный ветер.

- Безопасность на водоемах. Правила поведения на льду замерзшего водоема. Оказание помощи человеку, попавшему в холодную воду. Правила безопасности при



купании в водоемах. Безопасный отдых на берегу водоема. Опасные ситуации социального характера.

- Криминогенные ситуации в населенных пунктах. Социально-бытовые виды опасности: хулиганство, кражи, мошенничество, конфликты на почве алкоголизма и наркомании. Рекомендации, как уменьшить вероятность возникновения криминальной ситуации. Террористический акт. Правила поведения при обнаружении подозрительного предмета, при взрыве и при захвате заложников.

#### **Опасные ситуации на дорогах.**

##### **Правила дорожного движения.**

- Дорога и ее элементы. Дорожные знаки. Одностороннее и двустороннее движение. Тротуар. Проезжая часть. Перекресток. Участники дорожного движения: пешеходы, водители и пассажиры. Правила пешеходов. Транспорт и его виды. Тормозной путь.

- Безопасность в общественном и личном транспорте. Правила поведения в общественном транспорте. Посадка и выход в общественном транспорте. Опасные зоны в общественном транспорте; турникеты, эскалатор, перрон, предупредительная полоса. Особенности железнодорожного транспорта и правила поведения на железной дороге. Опасные и чрезвычайные ситуации на железной дороге. Правила поведения на водном транспорте. Опасные и чрезвычайные ситуации на водном транспорте. Правила поведения на воздушном транспорте.

#### **Безопасность окружающей среды.**

##### **Экологическое равновесие.**

- Экология. Предмет изучения экологии. Влияние человека на природную среду. Загрязнение окружающей среды. Источники загрязнения. Роль промышленных предприятий и транспорта в загрязнении окружающей среды. Сохранение водных и почвенных ресурсов. Вещества, загрязняющие воздушную среду. Мероприятия, проводимые по защите водной, почвенной и воздушной среды. Окружающая среда и здоровье человека. Безопасность пищевых продуктов.

#### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

- Понятие первой доврачебной помощи. Важность первой доврачебной (медицинской) помощи для спасения человека. Знакомство с правилами первой доврачебной помощи. Понятия рана, кровотечение, виды кровотечений (капиллярное, венозное и артериальное). Правила остановки кровотечения. Правила обработки раны. Ожоги: термические, химические. Первая помощь при ожогах.

- Понятие здоровья. Значение здоровья для человека. Главные правила здорового образа жизни. Режим дня. Влияние внешней среды на здоровье человека: шумовое загрязнение, техника безопасности при пользовании персональным компьютером и телевизором.

### **6 класс**

**(34 ч., 1 ч. в неделю)**

**Основы безопасности личности, общества и безопасности. Основы комплексной безопасности**

**Безопасность человека в опасных и экстремальных природных условиях.**

**Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в нее.**

- Понятия «опасные ситуации» и «экстремальные ситуации». Причины возникновения опасных и экстремальных ситуаций на отдыхе, в туристском походе. Опасная ситуация может стать экстремальной. Необходимость объективной оценки опасной ситуации. Возможность предотвратить перерастание опасной ситуации в экстремальную. Подготовленность человека при автономном существовании в природе: психологическая, физическая, материальная.

- Природа и человек. Подготовка к активному отдыху на природе. Потенциально опасные факторы: природные, техногенные, социальные. Факторы, мешающие справиться с экстремальной ситуацией и действия по их преодолению. Переутомление. Уныние. Страх. Боль и травмы. Холод. Жара. Алгоритм первых действий в экстремальной ситуации.

- Необходимое снаряжение для краткосрочного и продолжительного многодневного отдыха. НАЗ (носимый аварийный запас). Благополучное длительное путешествие или однодневный поход обеспечивается продуманной экипировкой, необходимым минимальным продовольственным запасом, наличием питьевой воды, Психологической и физической подготовленностью человека.

- Акклиматизация. Реакклиматизация. Особенности акклиматизации в различных природных условиях: жаркого, холодного климата, в северных районах и горной местности. Правила успешной акклиматизации.

### **Выживание человека в условиях автономного существования в природной среде.**

Правила поведения в условиях автономного существования в природной среде.

- Ориентирование на местности. Ориентиры: шум железной дороги, автодороги; реки и ручьи; просеки; элементы рельефа местности, Солнце, звёзды и созвездия. Ориентирование с помощью механических часов и гномона. Истинный (или местный) полдень данной местности. Ориентирование по местным признакам. Компас и ориентирование с помощью компаса. Стороны Света. Магнитный меридиан. Магнитное склонение. Азимут. Азимут обратного движения. Способы подачи сигналов бедствия: дымовой костер, постоянный сигнальный костер; свист (свисток), сигнальное зеркало, сигналы международного кода; ракетница и сигнальный патрон.

- Правила поведения при аварии транспортного средства.

- Устройство временных укрытий. Летние и зимние виды убежищ. Выбор места. Виды временных укрытий: шалаш, навес, вигвам и строительный материал. Виды зимних укрытий (иглу, снежная пещера, нора, траншея).

- Место для костра. Типы костров и очаги. Виды топлива. Разжигание костра. Теория разведения огня без спичек. Спички и НАЗ. Сохранение огня.

- Обеспечение бытовых потребностей. Изготовление посуды, веревок и рюкзака из подручных средств. Природные средства, используемые для личной гигиены. Уход и бережение одежды и обуви. Добывание пищи. Растительная и животная пища. Добывание питьевой воды.

- Безопасность при прохождении по местности. Правила переправы через реки. Правила передвижения в горах, в лавиноопасных и камнепадных районах, по заболоченной местности. Распознавание лавино- и камнепадоопасных склонов.

**Основы медицинских знаний.** Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях.

- Общие принципы оказания самопомощи. Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему. Правила оказания первой доврачебной помощи.

- Аптечка. Природные лекарственные средства. Замена промышленных лекарственных средств природными.

- Травмы. Потертости и мозоли. Ссадины и порезы. Ожоги. Помощь при потертостях, мозолях, ссадинах, порезах и ожогах. Ушибы, растяжения и разрывы

связок, переломы, вывихи. Наложение шин. Укусы насекомых, паукообразных. Укусы змей, бешеных животных. Отравления. Оказание первой помощи при укусах и отравлениях. Первая помощь при утоплении. Основные приемы реанимации: искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Тепловые и солнечные удары. Обморожения. Поражения молнией. Правила поведения, позволяющие избежать теплового, солнечного ударов, обморожения, поражения молнией, и оказание помощи.

**7 класс**  
**(34 ч., 1 ч. в неделю)**

Структурные компоненты программы представлены в двух учебных модулях охватывающих весь объем содержания, определенный для основной школы в области безопасности жизнедеятельности.

**Модуль I.** Основы безопасности личности, общества и государства обеспечивает формирование у обучаемых комплексной безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Модуль включает два раздела:

Раздел 1. «Основы безопасности личности, общества и государства».

**Модуль II.** Здоровый образ жизни и оказание первой медицинской помощи.

Решает задачи духовно-нравственного воспитания обучаемых, формирования у них индивидуальной системы здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья, а также умений оказывать первую медицинскую помощь. Модуль включает два раздела.

Раздел 2. «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи».

Раздел 3. «Основы здорового образа жизни».

***Основы безопасности личности, общества и государства (27 ч)***

Чрезвычайные ситуации природного характера и их классификация. Причины, правила поведения, происхождение землетрясений. Оценка последствий землетрясений. Общее понятие о вулканах и меры по уменьшению потерь от извержения вулканов. Оползни, сели, обвалы, снежные лавины и их последствия. Правила безопасного поведения при оползнях, обвалах и снежных лавинах. Происхождение, классификация и последствия ураганов, бурь и смерчей. Виды наводнений. Правила безопасного поведения и последствия наводнений. Причины, последствия и правила безопасного поведения при цунами. Причины, последствия и правила безопасного поведения при природных пожарах. Эпизоотии, эпидемии, эпифитотии.

***Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера(3ч)***

Человек и стихия. Характер и темперамент. Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии.

***Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (2 ч)***

Правила наложения повязок. Первая помощь при переломах, переноска пострадавших.

***Основы здорового образа жизни (2ч)***

Режим-необходимое условие здорового образа жизни. Профилактика переутомления и содержание режима дня.

**УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности  
«Азбука безопасности»**

**5 класс**

| № | Раздел | Кол-во часов (теория) | Основные виды деятельности учащихся |
|---|--------|-----------------------|-------------------------------------|
|---|--------|-----------------------|-------------------------------------|

|              |  |    |   |
|--------------|--|----|---|
| 1            | Введение   | 1  | Понимание что такое опасность, необходимость обеспечения личной и общественной безопасности, понимание ценности жизни человека, своей ответственности за поступки и действия.   |
| 2            | Раздел 1. Личная безопасность в повседневной жизни           | 30 | Представлять общие правила поведения в любой опасной ситуации; роль окружающей среды в жизнеобеспечении человека; роль продуктов питания в сохранении своего здоровья.<br>Понимать влияние потенциально опасных источников загрязнения окружающей среды, важность обеспечения безопасности жилища, личной и общественной безопасности.<br>Уметь сравнивать разные понятия и делать выводы; объяснять сущность и необходимость правил безопасного поведения; приводить примеры, аргументировать и отстаивать свое мнение; анализировать ситуацию, делать соответствующие выводы и принимать правильное решение.; соотносить свои действия с планируемыми результатами; предвидеть возможность проявления опасности в жилище; предвидеть возникновения пожароопасных ситуаций; применять правила обеспечения безопасности жилища и личной и общественной безопасности; находить альтернативные решения.<br>Знать элементарные правила здорового образа жизни и уметь применять их в повседневной жизни. |
| 3            | Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | 3  | Представлять важность сохранения своего здоровья.<br>Знать элементарные правила здорового образа жизни и умения применять их в повседневной жизни.  |
| Всего часов: |  | 34 |   |

### **6 класс**

| № | Раздел   | Кол-во часов (теория) | Основные виды деятельности учащихся   |
|---|----------|-----------------------|---|
| 1 | Введение | 1                     | Понимание что такое опасность, необходимость обеспечения личной и общественной безопасности, понимание ценности жизни человека, своей ответственности за поступки и действия. |

|   |   |    |   |
|---|---|----|---|
| 2 | Раздел 1.<br>Безопасность человека в опасных и экстремальных природных условиях<br>Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в нее | 4  | Знать и понимать, что такое опасность, опасная, экстремальная и чрезвычайная ситуации; принципы подготовки к кратковременному и длительному путешествию.<br>Понимать необходимость обеспечения личной и общественной безопасности, понимать ценность жизни человека; свою ответственность за свои поступки и действия.<br>Уметь оценивать различные возможные реальные ситуации; работать в группе; принимать решения.  |
| 3 | Раздел 2. Пребывание человека в различных климатических условиях  | 3  | Знать и представлять климатические особенности и метеоусловия интересуемых районов путешествий (пребывания). Уметь оценивать различные возможные реальные ситуации; учитывать особенности своего физического состояния и здоровья.  |
| 4 | Раздел 3. Способы выживания человека в условиях автономного существования в природной среде   | 13 | Уметь планировать свою деятельность и корректировать ее со своими сверстниками и старшими; оценивать различные возможные реальные ситуации; реально оценивать свои физические способности ; ориентироваться с помощью карты и компаса ; определять стороны света по Солнцу и часам со стрелками; применять теоретические знания на практике ; оценивать достоверность местных признаков при ориентировании по сторонам Света; находить необходимую информацию ; применять теоретические знания на практике ; принимать решение ; применять знания, полученные на уроках географии.<br>Понимать ценность жизни человека.<br>Знать, что такое топографическая карта и ее информационную нагрузку, представлять, что такое план местности и абрис; стороны света, принципиальное устройство компаса и принцип его работы ; что такое магнитный азимут и магнитное склонение; что такое местное, поясное и декретное время; определять истинный или местный полдень; основные правила личной гигиены.<br>Развивать навыки конструирования; практические навыки; навыки необходимые в повседневной жизни |
| 5 | Раздел 4. Основы медицинских знаний<br>Оказание первой помощи   | 13 | Уметь определять пульс; накладывать шину из подручных средств; накладывать жгут при венозном кровотечении; принимать решение; применять элементарные медицинские средства и перевязочный материал при оказании первой помощи;   |

|  |                                  |  |
|--|----------------------------------|--|
|  | <p>В экстремальных ситуациях</p> | <p>самостоятельно находить необходимую информацию; накладывать простейшие повязки при потертостях, ссадинах, порезах; оказывать первую доврачебную помощь при закрытых переломах; накладывать шины; оказывать первую помощь при укусах животных; оказывать первую доврачебную помощь при отравлениях; оказывать первую помощь;</p> <p>Понимать необходимость обеспечения личной и общественной безопасности, понимать ценность жизни человека</p> <p>Иметь представление о лекарственных свойствах дикорастущих растений.</p> <p>Знать опасных животных; элементарные санитарно-гигиенические правила; правила поведения, позволяющие избежать перегрев и обморожение организма; элементарные гигиенические правила; элементарные санитарно-гигиенические правила</p> <p>Представлять принцип реанимации — искусственного дыхания и непрямого массажа сердца</p> |
|  | <p><b>Всего часов:</b></p>       | <p>34</p>  |

| <b>Наименование раздела, темы</b>  | <b>Количество часов</b> |
|--|-------------------------|
| <b>I. Основы безопасности личности, общества и государства</b>                           | <b>27 часов</b>         |
| 1. Землетрясения   | 3 часа                  |
| 2. Вулканы   | 2 часа                  |
| 3. Оползни, сели, обвалы и снежные лавины  | 6 часов                 |
| 4. Ураганы, бури, смерчи   | 4 часа                  |
| 5. Наводнения  | 3 часа                  |
| 6. Цунами  | 3 часа                  |
| 7. Природные пожары  | 4 часа                  |
| 8. Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений                          | 2 часа                  |
| <b>9. Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера</b> | <b>3 часа</b>           |
| <b>II. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</b>                    | <b>2 часа</b>           |
| 10. Наложение повязок и помощь при переломах   | 2 часа                  |
| <b>Основы здорового образа жизни</b>   | <b>2 часа</b>           |
| 11. Режим учебы и отдыха подростка   | 2 часа                  |
| Итого  | 34 часа                 |

| № урока  | Содержание  | Количество часов | Дата проведения урока |      |
|--|---|------------------|-----------------------|------|
|  |   |                  | План                  | Факт |
| <b>Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях-28 ч.</b> |   |                  |                       |      |
| 1  | Правила дорожного движения. Правила поведения в ЧС. Особенности города как среды обитания | 1                |                       |      |
| 2  | Системы обеспечения безопасности города   | 1                |                       |      |
| 3  | Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире)  | 1                |                       |      |
| 4.   | Пожар   | 1                |                       |      |
| 5.   | Средства пожаротушения  | 1                |                       |      |
| 6  | Затопление квартиры.  | 1                |                       |      |
| 7  | Электричество.  | 1                |                       |      |
| 8  | Опасные вещества и продукты питания   | 1                |                       |      |
| 9  | Взрыв и обрушение дома.   | 1                |                       |      |
| 10   | Захлопнулась дверь(сломался замок, потерялись ключи)                                      | 1                |                       |      |
| 11   | Опасность толпы   | 1                |                       |      |
| 12   | Собака бывает кусачей   | 1                |                       |      |
| 13   | Обобщение и контроль знаний по теме «Личная безопасность в повседневной жизни»            | 1                |                       |      |
| 14   | Организация дорожного движения, причины и последствия ДТП                                 | 1                |                       |      |
| 15   | Безопасное поведение пешеходов и пассажиров   | 1                |                       |      |
| 16   | Безопасность в общественном транспорте и автомобиле                                       | 1                |                       |      |
| 17-18  | Железнодорожный и авиационный транспорт.  | 2                |                       |      |
| 19   | Морской и речной транспорт.   | 1                |                       |      |
| 20   | Психологические основы самозащиты.  | 1                |                       |      |
| 21   | Ситуации криминогенного характера в доме (квартире), в подъезде                           | 1                |                       |      |
| 22   | Ситуации криминогенного характера на улице, опасные домогательства                        | 1                |                       |      |
| 23   | Если вы оказались заложником  | 1                |                       |      |
| 24   | Загрязнение воды  | 1                |                       |      |
| 25   | Загрязнение воздуха   | 1                |                       |      |
| 26   | Загрязнение почвы   | 1                |                       |      |
| 27   | Фильтрующие противогазы. Пользование противогазом.  | 1                |                       |      |
| 28   | Повторение тем: «Способы индивидуальной защиты», «Опасные ситуации социального характера. | 1                |                       |      |

| <b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.-3 ч</b> |   |   |  |  |
|--|---|---|--|--|
| 29   | Виды ранений и оказание первой медицинской помощи | 1 |  |  |
| 30   | Общая характеристика кровотечений                 | 1 |  |  |



|   |   |   |  |  |
|---|---|---|--|--|
| 31  | Оказание первой медицинской помощи при различных видах кровотечений | 1 |  |  |
| <b>Раздел 3. Основы здорового образа жизни – 3 ч.</b> |   |   |  |  |
| 32  | Движение и здоровье. Нарушение осанки и причины их возникновения    | 1 |  |  |
| 33  | Обобщение и контроль знаний по курсу ОБЖ 5 класса.                  | 1 |  |  |
| 34  | Телевизор и компьютер – друзья или враги?                           | 1 |  |  |

### Календарно-тематическое планирование 5 «Б» класс

| № урока | Содержание | Количество | Дата проведения |
|---------|------------|------------|-----------------|
|---------|------------|------------|-----------------|

|  |   | часов | урока |      |
|--|---|-------|-------|------|
|  |   |       | План  | Факт |
| <b>Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях-28 ч.</b> |   |       |       |      |
| 1  | Правила дорожного движения. Правила поведения в ЧС. Особенности города как среды обитания | 1     |       |      |
| 2  | Системы обеспечения безопасности города   | 1     |       |      |
| 3  | Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире)  | 1     |       |      |
| 4.   | Пожар   | 1     |       |      |
| 5.   | Средства пожаротушения  | 1     |       |      |
| 6  | Затопление квартиры.  | 1     |       |      |
| 7  | Электричество.  | 1     |       |      |
| 8  | Опасные вещества и продукты питания   | 1     |       |      |
| 9  | Взрыв и обрушение дома.   | 1     |       |      |
| 10   | Захлопнулась дверь(сломался замок, потерялись ключи)                                      | 1     |       |      |
| 11   | Опасность толпы   | 1     |       |      |
| 12   | Собака бывает кусачей   | 1     |       |      |
| 13   | Обобщение и контроль знаний по теме «Личная безопасность в повседневной жизни»            | 1     |       |      |
| 14   | Организация дорожного движения, причины и последствия ДТП                                 | 1     |       |      |
| 15   | Безопасное поведение пешеходов и пассажиров   | 1     |       |      |
| 16   | Безопасность в общественном транспорте и автомобиле                                       | 1     |       |      |
| 17-18  | Железнодорожный и авиационный транспорт.  | 2     |       |      |
| 19   | Морской и речной транспорт.   | 1     |       |      |
| 20   | Психологические основы самозащиты.  | 1     |       |      |
| 21   | Ситуации криминогенного характера в доме (квартире), в подъезде                           | 1     |       |      |
| 22   | Ситуации криминогенного характера на улице, опасные домогательства                        | 1     |       |      |
| 23   | Если вы оказались заложником  | 1     |       |      |
| 24   | Загрязнение воды  | 1     |       |      |
| 25   | Загрязнение воздуха   | 1     |       |      |
| 26   | Загрязнение почвы   | 1     |       |      |
| 27   | Фильтрующие противогазы. Пользование противогазом.  | 1     |       |      |
| 28   | Повторение тем: «Способы индивидуальной защиты», «Опасные ситуации социального характера. | 1     |       |      |

| <b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.-3 ч</b> |   |   |  |  |
|--|---|---|--|--|
| 29   | Виды ранений и оказание первой медицинской помощи | 1 |  |  |
| 30   | Общая характеристика кровотечений                 | 1 |  |  |

|   |   |   |  |  |
|---|---|---|--|--|
| 31  | Оказание первой медицинской помощи при различных видах кровотечений | 1 |  |  |
| <b>Раздел 3. Основы здорового образа жизни – 3 ч.</b> |   |   |  |  |
| 32  | Движение и здоровье. Нарушение осанки и причины их возникновения    | 1 |  |  |
| 33  | Обобщение и контроль знаний по курсу ОБЖ 5 класса.                  | 1 |  |  |
| 34  | Телевизор и компьютер – друзья или враги?                           | 1 |  |  |

,

### Календарно-тематическое планирование 6 класс

| №<br>п/п | Тема<br>урока | Кол-во<br>часов | Дата<br>проведения |
|----------|---------------|-----------------|--------------------|
|----------|---------------|-----------------|--------------------|

|   |  |   | план. | Факт. |
|---|--|---|-------|-------|
| <b>Раздел 1. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях -34 ч.</b> |  |   |       |       |
| 1   | Введение.<br>Экстремальные ситуации в природе и причины их возникновения   | 1 |       |       |
| 2   | Факторы и стрессоры выживания в природных условиях.                        | 1 |       |       |
| 3-4   | Психологические основы выживания в природных условиях                      | 2 |       |       |
| 5   | Страх- главный психологический враг  | 1 |       |       |
| 6   | Подготовка к походу и поведение в природных условиях                       | 1 |       |       |
| 7   | Обобщение по теме «Экстремальные ситуации в природных условиях.            | 1 |       |       |
| 8   | Надежные одежда и обувь - важное условие безопасности                      | 1 |       |       |
| 9   | Правила поведения в экстремальных ситуациях в природных условиях           | 1 |       |       |
| 10  | Действия при потере ориентировки   | 1 |       |       |
| 11  | Способы ориентирования.<br>Тест (10мин)                                    | 1 |       |       |
| 12  | Техника движения в природных условиях                                      | 1 |       |       |
| 13  | Сооружение временного жилища   | 1 |       |       |
| 14  | Разведение костра  | 1 |       |       |
| 15  | Обеспечение пищей.<br>Тест (15мин)   | 1 |       |       |
| 16  | Обеспечение водой  | 1 |       |       |
| 17  | Поиск и приготовление пищи   | 1 |       |       |
| 18  | Особенности лыжных, водных и велосипедных походов                          | 1 |       |       |
| 19  | Безопасность на водоемах   | 1 |       |       |
| 20  | Сигналы бедствия<br>Тест (10мин)   | 1 |       |       |
| 21  | Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме         | 1 |       |       |
| 22  | Акклиматизация в различных природно климатических условиях                 | 1 |       |       |
| 23  | Коллективные и индивидуальные средства защиты                              | 1 |       |       |
| 24  | Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств | 1 |       |       |
| 25  | Взрывы в местах массового скопления людей                                  | 1 |       |       |
| 26  | Средства оказания первой помощи<br>Тест<br>(10 мин)                        | 1 |       |       |
| 27  | Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей                | 1 |       |       |

|    |  |   |  |  |
|----|--|---|--|--|
| 28 | Первая помощь при ожогах<br>Тест (7 мин)   | 1 |  |  |
| 29 | Тепловой и солнечный удар. Обморожение и общее охлаждение организма                                | 1 |  |  |
| 30 | Беда на воде   | 1 |  |  |
| 31 | Закрытые травмы  | 1 |  |  |
| 32 | Способы переноски пострадавших.<br>Тест (15)   | 1 |  |  |
| 33 | Правильное питание – основа здорового образа жизни.<br>Гигиена и культура питания.<br>Тест (12мин) | 1 |  |  |
| 34 | Особенности подросткового возраста   | 1 |  |  |

| №<br>урок<br>а | Тема урока. | Дата проведения |       |
|----------------|-------------|-----------------|-------|
|                |             | План.           | Факт. |

|           |  |  |  |
|-----------|--|--|--|
| 1         | Понятие о чрезвычайных ситуациях   |  |  |
| 2         | Происхождение и классификация землетрясений  |  |  |
| 3         | Оценка землетрясений их последствия и меры по уменьшению потерь                          |  |  |
| 4         | Правила безопасного поведения при землетрясения  |  |  |
| 5         | Общее понятие о вулканах   |  |  |
| 6         | Меры по уменьшению потерь от извержения вулканов   |  |  |
| 7         | Оползни  |  |  |
| 8         | Сели   |  |  |
| 9         | Обвалы   |  |  |
| 10        | Снежные лавины   |  |  |
| 11        | Последствия оползней, обвалов, снежных лавин и меры по уменьшению потерь от них          |  |  |
| 12        | Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей обвалов ,снежных лавин. |  |  |
| 13        | Происхождение ураганов бурь смерчей  |  |  |
| 14        | Классификация ураганов бурь смерчей  |  |  |
| 15        | Последствия ураганов бурь смерчей и меры по уменьшению ущерба от них                     |  |  |
| 16        | Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов бурь смерчей                |  |  |
| 17        | Виды наводнений  |  |  |
| 18        | Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них                                |  |  |
| 19        | Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений                           |  |  |
| 20        | Причины и классификация цунами   |  |  |
| 21        | Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них                                    |  |  |
| 22        | Правила безопасного поведения при цунами   |  |  |
| 23--<br>- | Причины природных пожаров  |  |  |
| 24        | Последствия природных пожаров и меры по уменьшению ущерба от них                         |  |  |

|    |   |  |  |
|----|---|--|--|
| 25 | Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожаров    |  |  |
| 26 | Эпидемии, эпизоотии, эпифитотии                                       |  |  |
| 27 | Защита от инфекционных заболеваний людей животных и растений.         |  |  |
| 28 | Человек и стихия  |  |  |
| 29 | Характер и темперамент  |  |  |
| 30 | Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии |  |  |
| 31 | Правила наложения повязок   |  |  |
| 32 | Первая помощь при переломах, переноска пострадавших                   |  |  |
| 33 | Режим- необходимое условие здорового образа жизни                     |  |  |
| 34 | Профилактика переутомления и содержание режима дня                    |  |  |