



*Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 654 с углубленным изучением предметов
художественно-эстетического цикла "Хореография"
Кировского района Санкт-Петербурга*

РАССМОТРЕНО

МО учителей

Протокол №
от «26» августа 2024 г.

(ФИО)

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР

О.Д.Игнатьева
от «26» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Врио директора школы
№ 654

Е.В. Григорьева
Приказ № 112-о
от «26» августа 2024 г.

**Рабочая программа
по курсу внеурочной деятельности
«Школа безопасности»
Физкультурно-спортивное и оздоровительное направление
5-7 классы, 34 часа**

Составитель:

Исакова Жанна Ивановна,
учитель ОБЗР

2024-2025 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности: «Школа безопасности» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО, имеет общеинтеллектуальную направленность и предназначена для организации внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению в 5-7х классах ОУ».

Данная программа ориентирована на такие важные компоненты как воспитание ценностных ориентиров развития личности:

- Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.
- Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.
- Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.
- Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.
- Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.
- Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.
- Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.
- Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

Цель: Развитие личностных качеств учащихся, необходимых для повышения уровня защищенности и безопасности в повседневной жизни и в природных условиях.

Задачи

- Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей;
- Усвоение правил поведения на транспорте и на дорогах.
- Привитие навыков оказания первой помощи в различных жизненных ситуациях

Планируемые результаты

Личностными результатами являются:

- развитие личностных, в том числе духовно-нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от различных опасностей;

- формирование потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметными результатами являются:

- умение анализировать причины возникновения опасных повседневных и природных ситуаций;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в опасных ситуациях;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

Предметными результатами являются:

- формирование установки на здоровый образ жизни;
- знание основных опасных ситуаций природного и техногенного характера;
- знание и умение применять правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций;
- умение предвидеть опасные ситуации;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки;

Программа рассчитана на учебный год, 34 часа.

Результативность

Результативность изучения программы внеурочной деятельности определяется на основе участия учащихся в мероприятиях, запланированных программой. В качестве средства накопления информации о результатах внеурочной деятельности учащихся целесообразно использовать портфолио. Портфолио представляет собой специально организованную подборку, демонстрирующую усилия, прогресс и достижения учащихся. Результатами внеурочной деятельности, которые влияют на итоговую отметку по ОБЖ за учебный год, являются грамоты, призовые места, дипломы и т. д., подтверждающие участие и достижения учащихся в различных мероприятиях внеурочной деятельности.

Содержание программы для 5 класса

Дорожно-транспортные происшествия. Виды ДТП, их причины и последствия. Порядок движения пешеходов по тротуарам, пешеходным дорожкам, вело-пешеходным дорожкам, по обочинам и по краю проезжей части, а также в тёмное время суток, индивидуально и в составе организованных пеших колонн. Порядок пересечения дорог по пешеходным переходам и при их отсутствии. Порядок действий при встрече с транспортом с включённым проблесковым маячком синего цвета (синего и красного цветов) и специальным звуковым сигналом. Порядок ожидания маршрутных транспортных средств и такси. Обязанности пассажиров и что запрещается пассажирам.

Современные транспортные средства – источник повышенной опасности. Как организовано управление дорожным движением. Световые сигналы светофоров. Виды светофоров. Значение круглых сигналов светофоров и сигналов в виде стрелок. Сигналы светофоров для пешеходов. Звуковые сигналы. Сигналы регулировщика руками и свистком. Действия пешеходов по сигналам регулировщика.

Дорога – зона повышенной опасности. Элементы дороги. Наиболее опасные места на дороге. Требования к велосипедистам в зависимости от возраста. Порядок движения велосипедистов по проезжей части, тротуарам, пешеходным, велосипедным и вело-пешеходным дорожкам, а также в пределах пешеходных зон и в колонне велосипедистов. Порядок движения водителей мопедов и что запрещается им и велосипедистам.

Чрезвычайные ситуации на транспорте. Понятие чрезвычайной ситуации. Отличие ЧС от ДТП. Поведение при столкновении автомобилей, при пожаре в автомобиле. Средства пожаротушения в автомобиле. Падение автомобиля в воду. Попадание молнии в автомобиль.

Виды наземного общественного транспорта. Метро и опасности при пользовании им. Краткая характеристика современных видов транспорта (автомобиль, автобус, трамвай, троллейбус, метро). Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на городском общественном транспорте. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Зоны опасности в метро и их характеристики. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях.

Железнодорожный транспорт и опасности при пользовании им. Поведение при пожаре в поезде. Источники опасности и опасные зоны на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения пассажиров: при крушении поезда, при пожаре в поезде.

Водный транспорт. Средства спасения. Действия при пожаре, эвакуация. Нахождение в море. Характеристика водного транспорта. Индивидуальные и групповые средства спасения на морском и речном транспорте. Правила пользования спасательным жилетом. Действия пассажиров при аварийных ситуациях и эвакуации с судна. Правила посадки на спасательное средство. Что делать, если человек упал за борт судна.

Воздушный транспорт. Предварительные меры безопасности. Поведение при аварии, при пожаре в самолёте. Характеристика авиационного транспорта. Правила поведения авиапассажиров в салоне самолёта. Правила безопасного поведения

авиапассажиров: при аварийной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолёте, при аварийной посадке на воду.

Государственные службы безопасности и спасения. Государственная противопожарная служба МЧС России. ГИБДД. Скорая помощь.

Особенности города как среды обитания человека. Источники и зоны повышенной опасности в современном городе и их характеристика. Отличия горожан от сельских жителей с точки зрения безопасности жизни. Правила безопасного поведения в зонах повышенной опасности

Системы обеспечения безопасности города (населённого пункта). Государственные, муниципальные (городские) и районные специальные службы обеспечения безопасности. Правила вызова служб безопасности. Понятие о специальном сигнале оповещения «Внимание всем!». Правила поведения населения при оповещении об опасной или чрезвычайной ситуации по специальному сигналу «Внимание всем!»

Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире) Затопление квартиры. Электричество. Безопасность в нестандартных ситуациях. Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные опасные ситуации. Водоснабжение дома (квартиры). Причины затопления и возможные последствия. Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению. Опасность электрических и электронных приборов, используемых в быту. Последствия поражения электрическим током. Меры безопасности при обращении с электроприборами. Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи). Правила предотвращения таких ситуаций. Меры безопасности при потере ключей от дома (квартиры).

Пожар. Опасные факторы пожара, воздействующие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях, их последствия. Меры пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире). Правила безопасной эвакуации из задымленного помещения. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Основные причины возгорания телевизора (электроприбора). Правила безопасного поведения при возгорании телевизора (электроприбора). Первичные средства пожаротушения.

Взрыв и обрушение дома. Причины взрывов и обрушений в жилых домах. Правила безопасного поведения при возникновении взрыва в доме (квартире) и обрушении дома.

Опасные вещества и продукты питания. Понятие о средствах бытовой химии. Действие препаратов бытовой химии на организм человека. Правила пользования средствами бытовой химии. Опасность лекарственных средств и меры безопасности при их использовании. Бытовой газ и его опасность. Правила пользования бытовым газом. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире. Опасность продуктов питания. Меры по предотвращению пищевых отравлений.

Опасность толпы. Как уцелеть в толпе. Правила безопасного поведения при попадании в толпу в местах массового скопления людей (на дискотеке, стадионе и т. п.)

Собака бывает кусачей. Безопасное поведение с животными. Правила предосторожности при встрече с собаками. Правила поведения при нападении собаки.

Психологические основы самозащиты. Язык жестов — важное оружие самозащиты. Основные психологические качества уверенного в себе человека. Психологические рекомендации по преодолению страха и способам самозащиты в опасных ситуациях криминогенного характера

Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде. Меры по повышению безопасности дома (квартиры). Что не рекомендуется делать, находясь дома без взрослых. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуациях в доме (квартире); звонок в дверь, дверь квартиры пытаются открыть, вы вернулись из школы, а дверь квартиры открыта. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций: перед подъездом, в подъезде дома, в лифте, на лестничной площадке.

Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства. Зоны криминогенной опасности в городе (населённом пункте). Правила безопасного поведения с незнакомым человеком. Правила обеспечения личной безопасности в повседневной жизни. Как предотвратить опасные домогательства.

Правила поведения при захвате в заложники. Понятие о заложнике. Меры личной безопасности по предотвращению захвата в заложники. Рекомендации по безопасному поведению при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в заложники в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.

Загрязнение воды. Роль воды в жизнедеятельности человека. Требования к питьевой воде. Способы очистки водопроводной воды в домашних условиях.

Загрязнение воздуха. Общие сведения об атмосфере. Состав воздуха, которым мы дышим. Причины загрязнения воздуха. Рекомендации по предотвращению загрязнения воздуха в местах проживания.

Загрязнение почвы. Роль почвы в жизнедеятельности человека. Причины загрязнения почвы и их последствия. Вредные вещества, накапливающиеся в почве в результате промышленных выбросов. Возбудители инфекционных заболеваний, обитающие в почве.

Фильтрующие противогазы. Фильтрующие противогазы. Предназначение и принцип защитного действия фильтрующих противогазов. Гражданские противогазы ГП-7 и ГП-7В, устройство и правила пользования. Детский противогаз ПДФ-2Ш, устройство и правила пользования. Правила подбора противогаза, определение размера (роста) шлем-маски, подготовка противогаза к работе.

Пользование противогазом. Переноска противогаза. Положения противогаза: походное, наготове, боевое. Перевод противогаза в боевое положение. Практическая отработка упражнения по надеванию противогаза.

Виды ранений, их причины и первая помощь. Понятие о ране. Общие признаки ранений. Общие правила оказания первой помощи при незначительных открытых ранах.

Общая характеристика кровотечений. Наружное и внутреннее кровотечения. Венозное кровотечение, артериальное кровотечение, смешанные кровотечения и их характеристика. Капиллярное кровотечение и его особенности.

Первая помощь при кровотечении. Способы временной остановки кровотечения. Остановка кровотечения путём пальцевого прижатия артерий. Особенности и правила остановки кровотечения путём наложения жгута, давящей повязки, путём максимального сгибания конечности, путём подъёма повреждённой конечности. Первая помощь при кровотечении из носа.

Движение и здоровье. Роль двигательной активности для укрепления здоровья. Понятие об опорно-двигательном аппарате и его развитии. Опорно-двигательный

аппарат как генератор двигательной активности. Избыток и недостаток движения (гиподинамия) — причина некоторых заболеваний человека

Нарушения осанки и причины их возникновения. Понятие об осанке. Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки.

Телевизор и компьютер — друзья или враги? Воздействие излучений телевизора и компьютера на организм человека. Правила просмотра телепередач. Правила безопасности при работе на персональном компьютере.

Содержание программы для 6 класса

Обязанности пешеходов и пассажиров. Порядок движения пешеходов по тротуарам, пешеходным дорожкам, вело-пешеходным дорожкам, по обочинам и по краю проезжей части, а также в тёмное время суток, индивидуально и в составе организованных пеших колонн. Порядок пересечения дорог по пешеходным переходам и при их отсутствии. Порядок действий при встрече с транспортом с включённым проблесковым маячком синего цвета (синего и красного цветов) и специальным звуковым сигналом. Порядок ожидания маршрутных транспортных средств и такси. Обязанности пассажиров и что запрещается пассажирам.

Сигналы светофора и регулировщика. Световые сигналы светофоров. Виды светофоров. Значение круглых сигналов светофоров и сигналов в виде стрелок. Сигналы светофоров для пешеходов. Звуковые сигналы. Сигналы регулировщика руками и свистком. Действия пешеходов по сигналам регулировщика.

Требования к движению велосипедистов и водителей мопедов. Требования к велосипедистам в зависимости от возраста. Порядок движения велосипедистов по проезжей части, тротуарам, пешеходным, велосипедным и вело-пешеходным дорожкам, а также в пределах пешеходных зон. Порядок движения колонны велосипедистов. Порядок движения водителей мопедов. Что запрещается велосипедистам и водителям мопедов.

Дорожные знаки и дорожная разметка. Виды дорожных знаков и дорожной разметки и их значение.

Ответственность за нарушение Правил дорожного движения. Меры ответственности, предусмотренные административным и уголовным законодательством Российской Федерации за нарушения Правил дорожного движения.

Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях. Понятие о стихийном бедствии и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины. Смена климатогеографических условий.

Факторы и стрессоры выживания в природных условиях. Понятие о факторах выживания в природных условиях (личностные, природные, материальные, постприродные) и их характеристика. Стрессоры выживания в природных условиях и их влияние на организм человека.

Психологические основы выживания в природных условиях. Психическое состояние человека при выживании в природных условиях. Понятие о психических познавательных процессах (внимание, ощущения и восприятие, память и мышление, воображение), их характеристика.

Страх — главный психологический враг. Понятие о страхе и паническом поведении, их характеристика. Основные причины страха. Развитие черт характера, позволяющих преодолеть страх и выживать в сложных условиях.

Подготовка к походу и поведение в природных условиях. Подготовка к походу (путешествию) — важный этап обеспечения безопасности. Формирование туристской группы. Выбор руководителя туристской группы и его обязанности. Определение целей и задач похода. Сбор сведений и изучение местности. Разработка маршрута. Приобретение продуктов питания. Подбор личного и группового туристского снаряжения, общие требования к нему. Правила безопасного поведения в природных условиях.

Надёжные одежда и обувь — важное условие безопасности. Требования к одежде и обуви. Выбор и подготовка одежды и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью в условиях природной среды. Способы проветривания и просушивания одежды и обуви. Особенности пользования одеждой и обувью в зимнее время.

Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях. Правила поведения в экстремальных ситуациях в условиях природной среды. Первоочередные действия потерпевших бедствие при аварии транспортных средств и попавших в экстремальные условия на природе. Варианты выбора решения.

Действия при потере ориентировки. Потеря ориентировки как наиболее распространённая экстремальная ситуация в природе. Правила определения направления выхода. Определение примерного расстояния до источников звука и света. Определение направления выхода в ситуации, когда человек заблудился и не может найти свои следы.

Способы ориентирования и определение направления движения. Понятие об ориентировании. Определение направления на север: по собственной тени, по тени от шеста, с помощью часов, по Полярной звезде. Способы определения сторон света на местности. Правила ориентирования по компасу, по местным предметам и приметам. Движение по азимуту.

Техника движения в природных условиях. Техника передвижения в лесной местности. Техника передвижения в горной местности. Правила и техника переправы через водоёмы и преодоления болот. Особенности передвижения в лесу зимой без лыж. Правила безопасного передвижения по руслу замёрзших рек.

Сооружение временного жилища, добывание и использование огня. Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временных жилищ в летнее время (шалаш, навес и др.). Виды и способы сооружения временных жилищ в горах. Виды и способы сооружения временных жилищ зимой (снежный домик иглу, траншея в снегу, снежная пещера и др.)

Обеспечение питанием и водой. Правила обеспечения водой и питанием. Способы сохранения работоспособности при отсутствии пищи и воды в условиях вынужденного автономного существования. Обеспечение питанием из резервов природы при отсутствии продуктов питания. Съедобные растения, насекомые, животные. Правила поиска и сбора растительной пищи. Меры безопасности при употреблении растительной пищи.

Поиск и приготовление пищи. Правила использования съедобных растений в пищу. Способы кипячения воды и приготовления растительной пищи при отсутствии посуды. Способы и средства для приготовления пищи в полевых условиях.

Особенности лыжных, водных и велосипедных походов. Опасные факторы природной среды, воздействующие на участника лыжного похода. Подготовка к лыжному походу. Требования к одежде, обуви и снаряжению. Основные правила передвижения в лыжном походе. Средства передвижения, используемые в водных походах. Основные правила безопасности при организации и проведении водных походов.

Безопасность на водоёмах. Правила безопасного поведения и купания на водоёмах в летнее время. Правила безопасного поведения на водоёмах зимой. Правила безопасного поведения при передвижении по льду водоёмов. Действия человека, провалившегося под лёд.

Сигналы бедствия. Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования. Способы подачи сигналов бедствия. Сигнальные костры. Специальные знаки международной кодовой таблицы сигналов. Использование подручных средств для подачи сигналов бедствия. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств (одинарного и двойного сигнальных зеркал).

Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме. Акклиматизация в различных природно-климатических условиях. Понятие о дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме. Понятие о безопасности в туризме. Смена климатогеографических условий. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Основные принципы адаптации при смене климатогеографических условий.

Коллективные средства защиты. Понятие об убежище (защитном сооружении). Отдельно стоящие и встроенные убежища. Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нём.

Индивидуальные средства защиты. Правила пользования повреждённым противогазом в непригодной для дыхания среде: при незначительном разрыве шлем-маски, при значительных повреждениях шлем-маски, при замене повреждённого противогаза на исправный

Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств. Взрывы в местах массового скопления людей. Общие сведения об имевших место террористических акциях на транспортных средствах. Правила безопасного поведения пассажиров в момент захвата преступниками транспортного средства. Правила безопасного поведения человека, оказавшегося заложником в захваченном транспортном средстве. Правила безопасного поведения заложников во время операции по освобождению. Понятие о местах массового скопления людей.

Средства оказания первой помощи. Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей. Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и другими средствами оказания помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой помощи в условиях вынужденного автономного существования. Признаки укуса насекомых. Оказание первой помощи при укусах насекомых. Клещевой энцефалит. Признаки укуса клещом. Оказание первой помощи при укусе клещами. Как уберечься от энцефалита. Признаки укуса змеи.

Первая помощь при ожогах. Тепловой и солнечный удар. Понятие о термических ожогах, их причины. Степени термических ожогов и их признаки. Оказание первой помощи при ожогах. Солнечный ожог. Воздействие солнечных лучей на организм человека. Рекомендации по предотвращению солнечных ожогов. Признаки солнечного ожога. Оказание первой помощи при солнечном ожоге. Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе.

Обморожение и общее охлаждение организма. Общие сведения об обморожении и общем охлаждении организма. Причины обморожения и общего охлаждения организма. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении.

Беда на воде. Основные причины бедствий на водоёмах. Первоочередные действия человека, заметившего утопающего. Признаки утопления. Последовательность оказания первой помощи в таких случаях.

Закрытые травмы. Виды закрытых травм. Признаки закрытых травм и повреждений (ушибов, растяжений, разрывов связок и мышц, вывихов). Оказание первой помощи при закрытых травмах: ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц. Понятие о переломах. Понятие о сдавлении. Оказание первой помощи при сдавлении.

Способы переноски пострадавших. Приёмы и правила переноски пострадавших при отсутствии штатных (медицинских) средств транспортировки. Приёмы и правила транспортировки пострадавших: на шесте, на носилках из шестов, на носилках-волокушах из длинных жердей, в рюкзаке.

Содержание программы для 7 класса

Раздел 1. Как улучшить отношения с окружающими.

Стресс и стрессовые ситуации. Методы самовнушения, самоубеждения и самоприказа в борьбе со стрессом, как избежать конфликтной ситуации. Побег из дома. Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей. Как не стать жертвой принуждения к самоубийству (суициду). Как противостоять опасностям вовлечения в группы смерти.

Раздел 2. Безопасность в повседневной жизни.

Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью. Меры предосторожности при использовании электроприборов. Средства бытовой химии.

Раздел 3. Безопасность в ситуациях, связанных с транспортом.

Зоны опасности на железной дороге. «Зацеперы». Поездка в поезде дальнего следования. Аварийная ситуация в поезде дальнего следования. Безопасность в метрополитене. Безопасное поведение на дорогах и улицах. Причины ДТП. Перевозка пассажиров.

Раздел 4. Безопасность в криминогенных ситуациях.

Безопасность на улице. Безопасность в городском транспорте. Как обеспечить свою безопасность в квартире. Осторожно: мошенничество. Понятие «наркотизм». Противодействие наркотизму.

Раздел 5. Терроризм – угроза обществу и каждому.

Государственное законодательство о борьбе с терроризмом. Основные задачи Национального антитеррористического комитета (НАК). Особенности современного терроризма. Виды современной террористической деятельности. Телефонные террористы. Как действуют вербовщики террористических организаций. Статьи Уголовного кодекса Российской Федерации, предусмотренные за террористическую деятельность, в том числе лиц, которым исполнилось на момент преступления 14 лет. Формирование антитеррористического поведения.

Раздел 6. Чрезвычайные ситуации природного характера.

Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Землетрясение. Извержения вулканов. Оползни. Сели. Что нужно делать при поступившем сигнале о начале стихийного бедствия геологического происхождения. Ураганы и бури. Смерчи. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях метеорологического происхождения. Наводнения, их виды. Сели, цунами. Снежные лавины. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях гидрологического происхождения. Защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного характера.

Раздел 7. Природные пожары.

Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары. Правила безопасности при возникновении лесных и торфяных пожаров. Средства и способы, которые используются при тушении лесных пожаров.

Раздел 8. Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.

Понятия «эпидемия», «пандемия». Пандемия коронавируса. Правила профилактики коронавируса. Понятия «эпизоотический очаг», «панзоотия». Признаки инфекционных заболеваний животных. Понятия «эпифитотия», «панфитотия». Признаки инфекционных заболеваний растений. Защита от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий.

Раздел 9. Первая помощь и правила её оказания.

Важность своевременного оказания первой помощи. Первая помощь при электротравме. Первая помощь при кровотечении. Наружные внутренние кровотечения. Виды кровотечения – капиллярное, венозное, артериальное, смешанное. Способы временной остановки наружного кровотечения. Оказание первой помощи при носовом кровотечении. Первая помощь при ушибах и переломах. Способы транспортировки пострадавшего.

Для усвоения основных знаний применяются следующие формы, методы обучения:
формы обучения учащихся на уроке: общеклассная, групповая, парная, индивидуальная;

Методы обучения:

1. Словесные (рассказ, беседа, лекция с элементами беседы);
2. Наглядные (демонстрация плакатов, учебных видео роликов, электронных презентаций, материальной базы);
3. Эвристические – (саморазвитие учащихся, активная познавательная деятельность);
4. Практические (отрабатывание нормативов, решение теоретических и практических задач).

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема	Планируемые результаты обучения	Практика
Дорожная безопасность (9 ч.)			
1	Дорожно-транспортные происшествия.	Изучают порядок поведения пешехода в различных условиях дорожной обстановки.	презентация, разбор ситуаций
2	Современные транспортные средства – источник повышенной опасности.	Получают представление о видах светофоров и изучают сигналы светофора. Изучают сигналы регулировщика и порядок действий пешеходов по их исполнению.	презентация, разбор ситуаций
3	Дорога – зона повышенной опасности.	Изучают требования ПДД к велосипедистам в зависимости от их возраста. Получают представление о порядке движения велосипедистов и водителей мопедов.	презентация, разбор ситуаций
4	Чрезвычайные ситуации на транспорте.	Получают представление о ЧС. Изучают порядок действий при различных ЧС на транспорте.	презентация, разбор ситуаций
5	Виды наземного общественного транспорта. Метро и опасности при пользовании им.	Получают представление о правилах безопасного поведения при аварийных ситуациях в автобусе, троллейбусе, автомобиле и метро	разбор различных ситуаций при пользовании транспортом
6	Железнодорожный транспорт и опасности при пользовании им. Поведение при пожаре в поезде	Осваивают правила безопасного поведения при авариях на железнодорожном транспорте	просмотр видео о происшествиях на ж/д
7	Водный транспорт. Средства спасения. Действия при пожаре, эвакуация. Нахождение в море.	Осваивают правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на морском и речном транспорте	анализ причин гибели теплохода «Булгария»
8	Воздушный транспорт. Предварительные меры безопасности. Поведение	Осваивают правила безопасного поведения в салоне самолёта и при аварийных ситуациях на авиационном транспорте	просмотр учебного фильма.

	при аварии, при пожаре в самолёте.		
9	Государственные службы безопасности и спасения	Получают представление о предназначении основных служб безопасности и спасения.	презентация
Личная безопасность в повседневной жизни (8 ч.)			
10	Особенности города как среды обитания человека	Учатся определять источники и зоны повышенной опасности в современном городе. Изучают правила безопасного поведения в этих зонах	схема опасных мест по пути в школу
11	Системы обеспечения безопасности города (населённого пункта)	Учатся различать службы обеспечения безопасности в соответствии с их предназначением. Приобретают навыки их вызова. Учатся правильно действовать по сигналу оповещения «Внимание всем!»	таблица телефонов аварийных служб
12	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире) Затопление квартиры. Электричество. Безопасность в нестандартных ситуациях.	Учатся распознавать опасные и аварийные ситуации в доме (квартире). Изучают причины затопления дома. Осваивают правила профилактики и порядок действий при затоплении. Изучают и осваивают правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами. Осваивают правила безопасного поведения в нестандартных ситуациях	презентация, разбор ситуаций
13	Пожар	Изучают причины пожаров в жилых и общественных зданиях, правила безопасного поведения и способы эвакуации. Моделируют ситуации, требующие знания правил пожарной безопасности. Учатся правильно применять первичные средства пожаротушения	учебная эвакуация, первичные средства пожаротушения
14	Взрыв и обрушение дома	Приобретают знания о причинах взрывов и обрушений домов. Получают навыки безопасного поведения	фильм о взрывах жилых домов
15	Опасные вещества и продукты питания	Изучают и осваивают правила безопасного обращения со средствами бытовой химии, лекарственными препаратами и газовыми приборами, меры по профилактике пищевых отравлений	составление списка опасных предметов бытовой химии
16	Опасность толпы	Осваивают правила безопасного поведения в толпе	составление списка опасных мест
17	Собака бывает кусачей	Знакомятся с правилами безопасности при обращении с животными на улице	розыгрыш ситуации встречи с уличной собакой

Опасные ситуации социального характера (4 ч.)			
18	Психологические основы самозащиты	Вырабатывают у себя психологические качества уверенного человека	отработка жестов и поз уверенного человека
19	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде	Учатся правильно действовать при возникновении ситуаций криминогенного характера в доме, квартире и подъезде	разбор криминогенных ситуаций в жилых домах
20	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства	Учатся правильно действовать в криминогенных ситуациях на улице и не допускать в отношении себя опасных домогательств	разбор криминогенных ситуаций на улицах
21	Правила поведения при захвате в заложники	Осваивают правила поведения при захвате в заложники и меры по предотвращению таких захватов	просмотр учебного фильма
Загрязнение среды обитания (3 ч.)			
22	Загрязнение воды	Учатся оценивать состояние окружающей среды, планировать и выполнять мероприятия по защите здоровья в местах с неблагоприятной водной обстановкой	просмотр учебного фильма
23	Загрязнение воздуха	Учатся оценивать состояние окружающей среды, планировать и выполнять мероприятия по защите здоровья в местах с загрязнённым воздухом	перечень причин загрязнения воздуха
24	Загрязнение почвы	Учатся оценивать состояние окружающей среды, планировать и выполнять мероприятия по защите здоровья в местах с неблагоприятным состоянием почвы	
Средства индивидуальной защиты органов дыхания (2 ч.)			
25	Фильтрующие противогазы.	Изучают назначение и устройство гражданских и детских противогазов.	изучение устройства и ТТХ фильтрующих противогазов
26	Пользование противогазом	Получают практические навыки пользования противогазом	выполнение норматива «Газы»
ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ (8 ч.)			
Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3 ч.)			
27	Виды ранений, их причины и первая помощь	Приобретают знания об основных видах ранений, их причинах и правилах оказания первой помощи	просмотр учебного фильма

28	Общая характеристика кровотечений	Получают знания о видах кровотечений и их особенностях	просмотр учебного фильма
29	Первая помощь при кровотечении	Учатся останавливать кровотечения, применяя различные способы в зависимости от вида кровотечения и места травмы	отработка способов остановки кровотечения
Основы здорового образа жизни (5 ч.)			
30	Движение и здоровье	Объясняют значение двигательной активности для укрепления здоровья.	
31	Нарушения осанки и причины их возникновения	Получают представление о видах, причинах и последствиях нарушения осанки. Учатся предупреждать нарушения осанки	отработка правильной осанки за рабочим столом
32	Телевизор и компьютер — друзья или враги?	Учатся соблюдать правила безопасности при просмотре телепередач и при пользовании компьютером	
33	Резерв		
34	Резерв		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Основные элементы содержания	
Дорожная безопасность (5 ч.)			
1	Обязанности пешеходов и пассажиров	Изучают порядок поведения пешехода в различных условиях дорожной обстановки.	Презентация
2	Сигналы светофора и регулировщика	Получают представление о видах светофоров и изучают сигналы светофора. Изучают сигналы регулировщика и порядок действий пешеходов по их исполнению.	Презентация
3	Требования к движению велосипедистов и водителей мопедов	Изучают требования ПДД к велосипедистам в зависимости от их возраста. Получают представление о порядке движения велосипедистов и водителей мопедов.	Презентация
4	Дорожные знаки и дорожная разметка	Получают представление о дорожных знаках и дорожной разметке и их роли в обеспечении безопасности участников дорожного движения.	Презентация
5	Ответственность за нарушение Правил дорожного движения	Получают представление об уголовной и административной ответственности за нарушение Правил дорожного движения.	Презентация
Экстремальные ситуации в природных условиях (16 ч.)			
6	Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях	Получают представление о стихийных бедствиях, экстремальных ситуациях в природных условиях и их причинах	Презентация
7	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях	Получают представление о факторах и стрессорах выживания. Учатся преодолевать стрессоры выживания	Презентация
8	Психологические основы выживания в природных условиях	Получают представление о психических познавательных процессах. Учатся управлять психическими познавательными процессами в экстремальных условиях и вырабатывать у себя психологическую установку на выживание	Презентация
9	Страх — главный психологический враг	Получают представление о страхе и панике. Приобретают навыки по формированию волевых качеств, необходимых для преодоления страха	Презентация
10	Подготовка к походу и поведение в природных условиях	Приобретают теоретические навыки, связанные с подготовкой к походу. Учатся правильно выполнять правила безопасности в природных условиях	Презентация

11	Надёжные одежда и обувь — важное условие безопасности	Учатся подбирать одежду и обувь для похода и правильно ухаживать за ними в походных условиях	Презентация
12	Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях	Изучают правила поведения в экстремальных ситуациях в природной среде	Презентация
13	Действия при потере ориентировки	Учатся правильно действовать при потере ориентировки и отставании от группы	Презентация
14	Способы ориентирования и определение направления движения	Обучаются определять стороны света различными способами и двигаться по азимуту	Презентация
15	Техника движения в природных условиях	Знакомятся с техникой передвижения по различной местности, переправы через водоёмы и преодоления болот	Презентация
16	Сооружение временного жилища, добывание и использование огня	Получают представление о видах временных жилищ и способах их возведения. Учатся выбирать место для костра, добывать огонь и разводить костёр, соблюдая правила пожарной безопасности	Презентация
17	Обеспечение питанием и водой	Получают представление и навыки добывания воды и пищи в условиях автономного существования	Презентация
18	Поиск и приготовление пищи	Приобретают знания и получают навыки приготовления пищи в полевых условиях	Презентация
19	Особенности лыжных, водных и велосипедных походов	Знакомятся с правилами организации, проведения и безопасности лыжных, водных и велосипедных походов	Презентация
20	Безопасность на водоёмах	Изучают правила безопасного поведения на водоёмах летом и зимой	Презентация
21	Сигналы бедствия	Изучают правила передачи сигналов бедствия. Получают практические навыки в изготовлении и применении простейших сигнальных средств	Презентация
Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме (1 ч.)			
22	Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме. Акклиматизация в различных природно-климатических условиях	Получают представление о факторах, влияющих на безопасность туризма. Изучают правила безопасного поведения туристов в зарубежных и внутренних поездках Изучают влияние смены различных климатогеографических условий на состояние человека и основные правила адаптации к этим условиям	Презентация

Безопасность в чрезвычайных ситуациях (3 ч.)			
23	Коллективные средства защиты	Получают представление о видах защитных сооружений, их устройстве, порядке заполнения и правилах поведения в убежище	Презентация
24	Индивидуальные средства защиты	Изучают правила пользования повреждённым противогазом	Презентация
25	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств. Взрывы в местах массового скопления людей.	Изучают правила безопасного поведения людей, захваченных в качестве заложников в различных транспортных средствах. Изучают признаки, указывающие на возможную установку взрывного устройства, правила поведения при обнаружении этих признаков, при непосредственной угрозе взрыва и после взрыва	Презентация
Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (9 ч.)			
26	Средства оказания первой помощи. Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей.	Учатся правильно комплектовать походную аптечку средствами оказания первой помощи и при необходимости оказывать первую помощь, используя лекарственные растения. Учатся оказывать первую помощь при укусах насекомых и змей.	Презентация
27	Первая помощь при ожогах. Тепловой и солнечный удар	Изучают термические и солнечные ожоги, их воздействие на организм человека. Учатся оказывать первую помощь при термических и солнечных ожогах. Получают представление о тепловом и солнечном ударе. Изучают правила профилактики и оказания первой помощи	Презентация
28	Обморожение и общее охлаждение организма	Приобретают знания о причинах и признаках обморожения, об общем охлаждении организма. Учатся правильно оказывать первую помощь	Презентация
29	Беда на воде	Учатся оказывать первую помощь при утоплении.	Презентация
30	Закрытые травмы	Получают представление о видах и признаках закрытых травм. Учатся оказывать первую помощь при закрытых травмах	Презентация
31	Способы переноски пострадавших	Обучают различным способам переноски пострадавших с использованием подручных средств	Презентация
32	Способы переноски пострадавших.		Презентация
33	Резерв		
34	Резерв		

Тематическое планирование 7 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов
1	Стресс и стрессовые ситуации.	1
2	Как снизить влияние стресса на поведение и общее состояние человека.	1
3	Конфликт – особенности общения.	1
4	Безопасность в социальных сетях.	1
5	Пожарная безопасность в помещениях.	1
6	Электробезопасность в повседневной жизни.	1
7	Средства в бытовой химии	1
8	Ситуации, связанные с железнодорожным транспортом.	1
9	Безопасность в метрополитене	1
10	Как избежать встречи с преступником	1
11	Как избежать встречи с мошенниками	1
12	Как государство борется с терроризмом.	1
13	Особенности современного терроризма	1
14	Виды современной террористической деятельности	1
15	Телефонные террористы.	1
16	Повторительно – обобщающий урок	1

17	Виды чрезвычайных ситуаций	1
18	Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.	1
19	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Землетрясение.	1
20	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Извержение вулканов. Оползни. Обвалы.	1
21	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения.	1
22	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.	1
23	Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического и гидрологического происхождения.	1
24	Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары.	1
25	Защита населения от лесных и торфяных пожаров.	1
26	Эпидемии.	1
27	Эпизоотии	1
28	Эпифитотии	1
29	Защита населения от чрезвычайных ситуаций биолог-социального происхождения.	1
30	Важность современного оказания первой помощи.	1
31	Первая помощь при электротравме, кровотечении.	1
32	Первая помощь при ушибах и переломах.	1
33	Транспортировка пострадавших в медицинских условиях.	1
34	Итоговое повторение	1