

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №9 с УИОП»



АССМОТРЕНО
на Педагогическом совете школы
протокол от 31 августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
директор школы
приказ от 31.08.2023



Федеральный
Государственный
Образовательный

СТАНДАРТ

*Рабочая программа
по курсу внеурочной деятельности:*

«Моя безопасность»

*10 класс
2023-2024 учебный год*

Составитель: Титов Роман Викторович учитель ОБЖ

Нижневартовск, 2023

Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Моя безопасность» предназначена для обучающихся 10-х классов МБОУ «СШ №9 с УИОП».

На реализацию данной программы отводится 35 часов. Занятия проходят один раз в неделю. Продолжительность одного занятия составляет 45 минут.

Данная программа состоит из четырех разделов: мое здоровье, взаимодействие с окружающими, дорожно-транспортная безопасность, правила оказания первой помощи.

Программа направлена на сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих личности обучающегося и ориентирована на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы.

Цель программы: Формирование у воспитанников системы ценностных отношений к человеческой жизни, социального опыта школьника, осознание необходимости уметь применять полученные знания в нестандартной ситуации. Реализация программы позволит: привить учащимся начальные знания, умения и навыки в области безопасности жизни; сформировать у детей научно обоснованную систему понятий основ безопасности жизнедеятельности; выработать необходимые умения и навыки безопасного поведения в повседневной жизни, в случае возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций.

Задачи программы: развитие у детей чувства ответственности за свое поведение; формирование бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих; стимулирование самостоятельности в принятии решений и выработка умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни.

Личностные результаты: 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.

Метапредметные результаты: 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.

Коммуникативная сфера: умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях. Способы и формы подведения итогов реализации программы: беседы, лекции, дискуссии, викторины, просмотр готовых презентаций и видеороликов, выполнение тестов различного уровня сложности

Содержание курса «Моя безопасность»

Основное содержание	Формы организации	Характеристика деятельности обучающегося
Мое здоровье (10 часов)		
<p>Понятие «здоровье ребенка», его образ жизни, в который входят следующие составляющие: питание, физическая активность, отношение к вредным привычкам, психологический микроклимат, ответственность за сохранение собственного здоровья. Правила личной гигиены, вредные привычки</p>	<p>Беседа, лекция, просмотр видеороликов и презентаций</p>	<p>Обучающиеся учатся правильно относиться к своему здоровью, изучают вредные привычки и их последствия. Учатся правильно распределять свое учебное и свободное время. Формируют представление о ЗОЖ</p>
Взаимодействие с окружающими (10 часов)		
<p>Понятие «нормы поведения». Чувства и эмоции. Приемы бесконфликтного общения. Интернет-безопасность и социальные сети. Угроза терроризма.</p>	<p>Беседа, лекция, просмотр видеороликов и презентаций. Анализ различных ситуаций по теме. Викторина.</p>	<p>Формируют представление о правилах и нормах поведения в обществе. Овладевают навыками безопасного поведения на улице и в социальных сетях. Учатся разрешать конфликтные ситуации</p>
Дорожно-транспортная безопасность (7 часов)		
<p>Безопасный маршрут по дороге домой, в школу и обратно. Правила поведения при переходе проезжей части. Правила</p>	<p>Беседа, лекция, просмотр видеороликов и презентаций. Анализ различных ситуаций по теме. Тесты.</p>	<p>Учатся оценивать ситуацию на дороге и во дворе. Формируют понятие дорожно-транспортной</p>

поведения в общественном транспорте. Знакомство с дорожными знаками.		безопасности. Учатся анализировать различные ситуации. Знакомятся с дорожными знаками и выполняют тесты различного уровня сложности
Правила оказания первой помощи (8 часов)		
Правила оказания первой помощи при ожогах, переломах, ушибах, кровотечениях, обморожениях. Помощь при встрече с бродячими собаками.	Беседа, лекция, просмотр видеороликов и презентаций. Анализ различных ситуаций по теме. Тесты. Викторина.	Учатся анализировать, оценивать и выбирать методы помощи пострадавшим в различных ситуациях.

Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности

№	Дата		Тема занятия	часы
	по плану	по факту		
Мое здоровье (10 часов)				
1	06/09		Основные правила питания растущего организма	1
2	13/09		Проблемы здоровья, связанные с неправильным питанием.	1
3	20/09		Сахар – друг или враг?	1
4	27/09		Физическая активность-залог успеха	1
5	04/10		Иммунитет	1
6	11/10		Компьютер: за и против	1
7	18/10		Профилактика употребления психоактивных и наркосодержащих веществ	1
8	25/10		Влияние наркосодержащих веществ на здоровье и социальный статус человека.	1
9	01/11		Негативные последствия алкоголизма и табакокурения	1
10	15/11		Личная гигиена	1
Взаимодействие с окружающими (10 часов)				
11	22/11		Нравственные нормы как правила поведения	1
12	29/11		Мир эмоций и чувств	1
13	06/12		Секреты хорошего настроения – приемы саморегуляции.	1
14	13/12		Приемы бесконфликтного общения	1
15	20/12		Меры личной безопасности на улице	1
16	27/12		Как не стать жертвой вербовки	1
17			Интернет-безопасность.	1

18			Учимся говорить «нет»!	1
19			Социальные сети	1
20			Терроризм – угроза обществу	1
Дорожно-транспортная безопасность (7 часов)				
21			Правила поведения на улице	1
22			Правила поведения в общественном транспорте	1
23			Правила езды на велосипеде	1
24			Безопасный маршрут	1
25			Дорожные знаки	1
26			Я- пешеход!	1
27			Правила следования в пешей колонне	1
Правила оказания первой помощи (8 часов)				
28			Первая помощь пострадавшему при ушибах и переломах	1
29			Первая помощь пострадавшему при ожогах	1
30			Первая помощь пострадавшему при кровотечениях	1
31			Первая помощь пострадавшему при потере сознания	1
32			Первая помощь пострадавшему при обморожениях	1
33			Если человек поперхнулся	1
34			Если на вас напала бродячая собака	1
35			Правила нахождения в лесу. Укус клещей.	1