

«Утверждаю»
Директор МБОУ ШР «Шелеховский лицей»
_____ О.А. Меновщикова

приказ от «30» августа 2024 г. № 236

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**курса внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности»
для 5-х классов**

1 час в неделю

Составитель:
Шеломенцев Алексей Максимович,
учитель основ безопасности жизнедеятельности
СП МБОУ ШР «Шелеховский лицей»
СОШ с. Баклаши им. А.П. Белобородова

с. Баклаши

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена на основе планируемых результатов освоения образовательной программы основного общего образования СП МБОУ ШР «Шелеховский лицей» СОШ с. Баклаши им. А.П. Белобородова.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные:

Патриотическое воспитание:

- осознание российской гражданской идентичности в поли- культурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;

- формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества.

Гражданское воспитание:

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней);

- сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;

- понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, осмысление роли государства и общества в решении задачи защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.

Духовно-нравственное воспитание:

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;

- развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключая употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

- формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

Эстетическое воспитание:

- формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни;

- понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

Ценности научного познания:

- ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;

овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия;

- формирование современной научной картины мира, понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы);
- установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей.

Метапредметные:

- овладение навыками самостоятельного приобретения новых знаний, организации учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- умение планировать пути достижения целей на основе самостоятельного анализа условий и средств их достижения;
- формирование умений ставить вопросы, выдвигать гипотезу, давать определения понятиям, классифицировать, устанавливать причинно-следственные связи, логически рассуждать, делать умозаключения и выводы, выполнять практические и познавательные задания;
- умение организовать и планировать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, определять общие цели, способы взаимодействия, планировать общие способы работы;
- формирование и развитие компетентности в области использования технических средств ИКТ;
- умение извлекать информацию из различных источников; умение свободно пользоваться справочной литературой, в том числе и на электронных носителях, соблюдать нормы информационной избирательности, этики;
- умение работать в группе – эффективно сотрудничать и взаимодействовать на основе координации различных позиций при выработке общего решения в совместной деятельности;
- умение пользоваться методами наблюдения, моделирования, объяснения, прогнозирования;
- формирование осознанной адекватной и критической оценки в учебной деятельности, умения самостоятельно оценивать свои действия и действия своих одноклассников, аргументировано обосновывать правильность или ошибочность результата и способа действия, реально оценивать свои возможности достижения цели определённой сложности.

Предметные:

- знать виды опасностей и причины их возникновения;
- знать основные правила безопасного поведения в различных ситуациях;
- иметь навыки безопасного поведения в чрезвычайных и опасных ситуациях;
- знать факторы, влияющие на здоровье;
- знать составляющие здорового образа жизни;
- знать приемы и методы профилактики вредных привычек и их факторов;
- иметь представление о влиянии физической культуры на здоровье;
- иметь представление о вредных привычках и их негативном влиянии на организм человека;
- иметь представление о правилах личной гигиены и их соблюдении;
- знать виды, причины и последствия химических, радиационных и гидродинамических аварий;
- уметь действовать по сигналу «Внимание всем!».

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема	Количество часов	Формы организации деятельности
1.	Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных ситуаций. Влияние человеческого фактора на возникновение опасных ситуаций.	1	Беседа
2.	Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Система государственной защиты в области безопасности.	1	Викторина
3.	Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья. Физиологическая составляющая здоровья. Психологическая составляющая здоровья. Нравственная составляющая здоровья.	1	Индивидуальная работа
4.	Режим дня. Отдых. Сон. Правильная и неправильная осанка. Близорукость и дальновидность. Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Малоактивный образ жизни. Двигательная активность. Закаливание и закаливающие процедуры.	1	Практическая работа
5.	Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы. Определение понятия «гигиена».	1	Практическая работа
6.	Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день.	1	Индивидуальная работа
7.	Факторы, способствующие сохранению здоровья (правильное питание, закаливание организма).	1	Работа в группах
8.	Факторы, разрушающие здоровье (долгое сидение за компьютером, избыточный вес).	1	Семинар
9.	Профилактика вредных привычек.	1	Викторина
10.	Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Пешеходные переходы (регулируемые и нерегулируемые). Пешеходная, вело пешеходная и велосипедная дорожки. Дорожные знаки (восемь групп). Транспортные и пешеходные светофоры. Сигналы светофоров. Сигналы регулировщика. Движение пешеходов в городе и по загородным дорогам.	1	Работа в группах
11.	Общественный транспорт и правила для его пассажиров. Школьный автобус и правила пользования им. Правила для пассажиров трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена.	1	Работа в группах
12.	Безопасность в метрополитене.	1	Беседа

13.	Особенности сельских поселений. Особенности городов как среды обитания (смог, переработка и хранение бытовых отходов, шум и другие проблемы). Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112.	1	Индивидуальная работа
14.	Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе.	1	Беседа
15.	Источники опасности в современном жилище. Бытовой газ — источник повышенной опасности. Гигиена жилища.	1	Практическая работа
16.	Основные правила безопасности в подъезде и лифте. Основные правила безопасного поведения на игровой площадке.	1	Индивидуальная работа
17.	Меры предосторожности при использовании электроприборов.	1	Работа в группах
18.	Пользование водопроводом, канализацией и мусоропроводом. Употребление лекарств. Потеря ключей.	1	Практическая работа
19.	Правила поведения при пожаре в квартире. Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью. Пожар исредства пожаротушения.	1	Работа в группах
20.	Требования пожарной безопасности в жилье.	1	Работа в группах
21.	Понятие «криминогенная ситуация». Разновидности преступлений. Правила безопасного поведения на улице, в образовательной организации, дома.	1	Экскурсия
22.	Криминальные угрозы, как их избежать.	1	Викторина
23.	Понятие «терроризм». Особенности современного терроризма.	1	Беседа
24.	Признаки наличия взрывного устройства.	1	Практическая работа
25.	Правила поведения в различных ситуациях, связанных с проявлением террористической деятельности.	1	Индивидуальная работа
26.	Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололед и гололедица.	1	Работа в группах
27.	Правила поведения на замерзшем водоеме. Безопасность при купании в водоемах летом.	1	Беседа
28.	Землетрясение. Наводнение. Ураган. Сель. Оползень. Правила поведения во время стихийных бедствий.	1	Викторина
29.	Цель оказания первой помощи. Телефоны для вызова скорой медицинской помощи. Средства из домашней аптечки, которые нужно использовать при оказании первой помощи.	1	Практическая работа
30.	Понятия «ушиб», «травма», «перелом».	1	Индивидуальная работа
31.	Первая помощь перелому, вывиху, растяжению.	1	Практическая работа
32.	Как обеспечить свою безопасность в квартире	1	Беседа

33.	Безопасность на улице. Безопасность в городском транспорте.	1	Беседа
34.	Итоговый урок	1	Игра-сорязание

Учебно - методическое обеспечение программы

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс. Б.О. Хренников, Н.В. Гололобов, Л.И. Льяная, М.В. Маслов
2. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-7 класс. Н.Ф.Виноградова, Д.В. Смирнов, А.Б. Таранин.
3. УМК «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5-9 классов общеобразовательных организаций под редакцией С.Н. Егорова;
4. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-7 классы: методическое пособие / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов.