

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ИНЖЕНЕРНО-ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНЫЙ ЛИЦЕЙ» ГОРОДА КИРОВА

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«ТВОЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»

10 КЛАСС

НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД

г. Киров, 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Твоя безопасность» разработана для учащихся 10 класса. Программа «Твоя безопасность» ориентирована на создание у школьников правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации. В содержание курса входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЗР, которые систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в процессе обучения в школе, и способствует у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности. Внеурочная деятельность курса в средней школе строится так, чтобы были достигнуты следующие

цели:

- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие учащимися ценностей гражданского общества, прав человека, правового государства, ценностей семьи;
- антиэкстремистское мышление антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- профилактика асоциального поведения учащихся;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

задачи:

- формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование потребности в соблюдении требований, предъявляемых к гражданину РФ в области безопасности жизнедеятельности;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Данная программа предполагает обучение в объеме 34 часов, 1 час в неделю для учащихся 10-х классов.

Достигнутый уровень усвоения информации определяется не только системой по их реальному поведению на дороге, а также при самостоятельном разборе различных дорожных ситуаций. В процессе изучения программы у учащихся будут сформированы:

• личностные УУД:

- * внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к учёбе;
- * установка на здоровый образ жизни;
- * способность к самооценке.

• регулятивные УУД:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- способность принимать и сохранять цели предстоящей учебной деятельности, поиска

способов её осуществления;

- * осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;

- * адекватно воспринимать оценку учителя;

- * устанавливать причинно-следственные связи.

- познавательные УУД:

- осуществлять анализ объекта с выделением существенных и несущественных признаков;

- * проводить сравнение и классификацию по заданным критериям;

- * ориентироваться в материале: определять умения, которые будут сформированы на основе изучения данной темы, определять круг своего незнания;

- отвечать на простые и сложные вопросы учителя, самим задавать вопросы, находить нужную информацию в разных источниках;

- * подробно пересказывать прочитанное или прослушанное, составлять простой план;

- * наблюдать и делать самостоятельные простые выводы.

- коммуникативные УУД:

- * участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки;

- * оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций;

- * читать вслух и про себя тексты учебников, других художественных и научно-популярных книг, понимать прочитанное;

- * выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи);

- * не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций.

- предметные УУД:

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

- 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 вырабатывать 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.

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

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

- 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

- 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.

учащиеся должны знать

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства;

• знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
должны уметь

□ 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

Формы организации занятий.

Традиционные:

1. Лекция
2. Беседа
3. Занятие с использованием ТСО
4. Практикум
5. Экскурсия
6. Диспут

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Раздел 1. Автономное существование (10 часов)

Понятие об автономном существовании человека. План действия выживания в условиях автономного существования. Сигналы бедствия. Жилище. Добывание пищи и воды. Лекарственные растения. Лечение заболеваний. Хранение пищи. Стрессоры выживания. Обеспечение выживания в условиях автономного существования. Разработка плана действия выживания. Отработка подачи сигналов бедствия. Тренинги по правильному оборудованию жилища. Добывание огня и приготовление пищи без кухонной посуды. Питание в условиях автономного существования в различных регионах. Профилактика возможных заболеваний с помощью лекарственных трав. Разработка плана хранения пищи. Водообеспечение по природным зонам.

Раздел 2. Пожары (5 часов)

Причины возникновения пожаров в бытовых условиях. подручные средства пожаротушения. Устройство и правила эксплуатации различных видов огнетушителей. Причины возникновения лесных пожаров, как их избежать. Действия при возникновении пожара дома. Действия при попадании в зону пожаров в природных условиях.

Раздел 3. Чрезвычайные ситуации природного характера нашего региона, действия в этих ситуациях (5 часов)

Описание опасных природных явлений, характерных для нашего региона. Правила поведения при попадании в чрезвычайные ситуации природного характера.

Раздел 4 Психология поведения людей в экстремальных ситуациях (5 часов)

Влияние опасных факторов окружающей среды на психику человека. Условия возникновения стрессового состояния. Психофизические основы саморегуляции. Основные приемы саморегуляции.

Предотвращение возникновения стрессового состояния и саморегуляции.

Раздел 5. Топография (5 часов)

Понятие о топографии. Значение топографии в народном хозяйстве и в военном деле. Топографические условные знаки. Рельеф местности. Приборы для ориентирования на местности. Топографические карты. Картосхема маршрута.

Работа с компасом, спортивное ориентирование. Изображение на карте топографических условных знаков, рельеф местности. Тренировки по освоению навыков использования приборов для ориентирования на местности. Спортивное ориентирование. Определение расстояний на местности и на карте. Движение на местности по азимуту.

Ориентирование
на местности.

Раздел 6. Оказание первой медицинской помощи (5 часов)

Понятие о ране, классификация ран. Признаки клинической и биологической смерти.
Оказание первой медицинской помощи

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов
1	Раздел 1. Автономное существование	10
2	Раздел 3. Пожары	5
3	Раздел 3. Чрезвычайные ситуации природного характера нашего региона, действия в этих ситуациях	5
4	Раздел 4 Психология поведения людей в экстремальных ситуациях	5
5	Раздел 5. Топография	5
6	Раздел 6. Оказание первой медицинской помощи	4
	Итого	34

Календарно-тематическое планирование элективного курса «Твоя безопасность»

№ п/п	Дата план/факт	Тема
1		Автономное существование человека в природной среде
2		План действия выживания в условиях автономного существования
3		Сигналы бедствия
4		Жилище. Добывание пищи и воды
5		Лекарственные растения. Лечение заболеваний.
6		Хранение пищи
7		Стрессоры выживания
8		Стрессоры выживания
9		Разработка плана действия выживания. Отработка подачи сигналов бедствия.
10		Отработка подачи сигналов бедствия
11		Причины возникновения пожаров в бытовых условиях. Подручные средства пожаротушения
12		Устройство и правила эксплуатации различных видов огнетушителей
13		Причины возникновения лесных пожаров, как их избежать
14		Действия при возникновении пожара дома
15		Действия при попадании в зону пожаров в природных условиях
16		Действия при попадании в зону пожаров в природных условиях
17		Описание опасных природных явлений, характерных для нашего региона
18		Описание опасных природных явлений, характерных для нашего региона
19		Описание опасных природных явлений, характерных для нашего региона

20		Правилам поведения при попадании в чрезвычайные ситуации природного характера
21		Правилам поведения при попадании в чрезвычайные ситуации природного характера
22		Влияние опасных факторов окружающей среды на психику человека
23		Условия возникновения стрессового состояния
24		Психофизические основы саморегуляции. Основные приемы саморегуляции
25		Предотвращение возникновения стрессового состояния и саморегуляции
26		Предотвращение возникновения стрессового состояния и саморегуляции
27		Понятие о топографии. Значение топографии в народном хозяйстве и в военном деле.
28		Топографические условные знаки. Рельеф местности. Приборы для ориентирования на местности
29		Топографические карты. Картограмма маршрута
30		Ориентирование на местности
31		Понятие о ране, классификация ран
32		Признаки клинической и биологической смерти
33		Оказания первой медицинской помощи
34		Оказания первой медицинской помощи