

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Департамент образования Еврейской автономной области  
Отдел образования администрации муниципального образования  
«Облученский муниципальный район»  
МКОУ СОШ №9

РАССМОТРЕНО Руководитель ПМО Еремеева О.А.  от «23»08.24 г.	СОГЛАСОВАНО Зам. директора по УВР Еремеева О.А.  от «23»08.24 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор Шумилина Л.С.  Приказ №53 от «23»08.24 г.
--	---	---

Программа  
внеурочной деятельности  
«Азбука безопасности»  
5-6 класс

на 2024-2025 учебный  
год

Составитель:  
Гурьянова Л.И.

п. Известковский  
2024г.

## **Пояснительная записка**

Программа направлена на воспитание думающего, ответственного человека, знающего правила правильного безопасного поведения в экстремальных ситуациях, нормы и законы в области дорожного движения, туристических навыков и умений в автономном существовании в природной среде, во время пожара и наводнения, а также умеющего оказать элементарную первую помощь себе и другим пострадавшим людям. От этих знаний зависит жизнь и здоровье детей, а в будущем и взрослых людей.

Программа «Азбука безопасности» является важным этапом обеспечения социальной защиты человека. Ее реализация призвана повысить информированность детей в области защиты от чрезвычайных ситуаций, дать им практические рекомендации по действиям в них и должна способствовать снижению смертности, заболеваемости и травматизму среди обучающихся от вредных и опасных факторов окружающей среды и техногенных катастроф.

Программа составлена на основании Федерального закона №273-ФЗ от 29.12.2012 года «Об образовании в Российской Федерации», Федерального закона №323-ФЗ от 21.11.2011 года «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации №1008 от 29.08. 2013 года «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Программа рассчитана на 3 года обучения для учащихся 5-7 классов по 35 часов в год, занятия проводятся 1 раз в неделю.

**Цель:** формирование устойчивых навыков безопасного поведения в любой сложной жизненной ситуации.

### **Задачи:**

- изучить правила безопасного поведения (ПДД, ПББ, ПБП при ЧС различного характера) с учетом возрастных особенностей обучающихся;
- формировать чувство ответственности за личную и общественную безопасность;
- развивать коммуникативные качества личности для ответственного и осознанного поведения во время экстремальных ситуаций;
- воспитывать дисциплинированность, принятие правильных решений, соблюдение правил, норм и законов в области безопасности жизнедеятельности;
- развивать творческие и организаторские способности школьников;
- прививать навыки оказания первой необходимой помощи в различных жизненных ситуациях;
- формировать здоровый образ жизни.

### **Основные направления работы:**

1. Информационно-пропагандистская деятельность.
2. Изучение и разъяснение правовых документов по организации безопасного поведения на дорогах по предупреждению детского дорожно-транспортного

травматизма.

3. Проведение мероприятий, викторин, бесед, ролевых и познавательных игр, КВНов, экскурсий и др.
4. Проведение смотров-конкурсов рисунков, сочинений, стихотворений и других творческих работ и участие в конкурсах на школьном и муниципальном уровнях.
5. Проведение практических занятий по правилам пешеходов и велосипедистов.
6. Проведение мини турслетов.
7. Практикумы по оказанию первой доврачебной помощи.
8. Экологическое направление.
9. Здоровьесберегающее направление.
10. Проектная деятельность обучающихся. Защита проектов, размещение видеопро젝тов на сайте, подготовка презентаций

### **Актуальность.**

Актуальной проблемой современной жизни являются: дорожно-транспортный травматизм, пожарная безопасность, терроризм, криминогенная опасность, экстремальные ситуации.

Современная жизнь полна неожиданностей, порой неприятных и зачастую опасных, поэтому в одиночку с ними не справиться. В обществе обеспокоенность вызывает рост преступности в отношении несовершеннолетних, опасность стать жертвой несчастного случая или чьей-то халатности, кажущейся безысходностью перед судьбой.

Стихийные бедствия, автодорожные катастрофы, аварии на производстве с каждым днем только учащаются. Правильное поведение нередко спасает даже в самой, казалось бы, безысходной ситуации. Безусловно, если человеку грозит беда, у него срабатывает инстинкт самосохранения, и он пытается спастись любым путём. Однако нередко, движимый этим инстинктом, он теряет самообладание.

### **Возникает необходимость знаний:**

1. Правил безопасного поведения и выживания в сложной ситуации;
2. Дорожных знаков, разметки и правил пешеходов для безопасного поведения в условиях роста парка автомобилей и других транспортных средств;
3. С повышением опасности на дорогах в связи с перегрузкой транспортных магистралей;
4. Пожарной безопасности в быту и в местах массового пребывания людей;
5. Здорового образа жизни.

### **Необходимость умений:**

1. Выжить в экстремальной ситуации (пожары, наводнения, землетрясения и др. стихийные бедствия, теракты, взрывы и др.);
2. Автономного существования в природе;
3. Осуществлять простые приемы оказания доврачебной помощи себе и другим.

Программа направлена на воспитание думающего, ответственного человека, знающего правила правильного безопасного поведения в экстремальных ситуациях, нормы и законы в области дорожного движения, туристических навыков и умений в автономном существовании в природной среде, во время пожара и наводнения, а также умеющего оказать элементарную первую помощь себе и другим пострадавшим людям. От этих знаний зависит жизнь и здоровье детей, а в будущем и взрослых людей.

Программа «Азбука безопасности» является важным этапом обеспечения социальной защиты человека. Ее реализация призвана повысить информированность детей в области защиты от чрезвычайных ситуаций, дать им практические рекомендации по действиям в них и должна способствовать снижению смертности, заболеваемости и травматизму среди обучающихся от вредных и опасных факторов окружающей среды и техногенных катастроф.

Программа рассчитана на 3 года обучения для учащихся 5-7 классов по 35 часов в год, занятия проводятся 1 раз в неделю.

**Формы организации занятий:** индивидуальная, групповая, фронтальная, практикумы, диспуты, экскурсии, ролевые и познавательные игры, экскурсии и др.

### **Предполагаемые результаты реализации программы**

#### **Личностные результаты:**

1. Развитие духовных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз.
2. Формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, понимать значение здорового образа жизни для сохранения и укрепления здоровья.
3. Воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.
4. Развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение.

#### **Метапредметные результаты:**

1. Овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций, сравнивать последствия, выявлять причинно-следственные связи и влияние их на безопасность жизнедеятельности человека.
2. Оценка результатов деятельности в обеспечении личной безопасности
3. Формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях.
4. Приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий.
5. Освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.
6. Формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять

различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

### **Предметные результаты:**

#### **1. В познавательной сфере:**

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

#### **2. 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 и техногенного 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 компромиссные решения в различных ситуациях;

#### **В результате освоения программы обучающиеся будут иметь представления:**

- об опасных ситуациях при контакте с незнакомыми людьми;
- о нормах поведения с другими подростками;
- о нормах поведения в экстремальных ситуациях в быту, на улице, на дороге и др.;
- о правилах обращения с предметами, несущими опасность;
- о ценности здоровой пищи;

#### **Знать:**

- домашний адрес, номера телефонов экстренных служб;
- правила поведения в ситуации насильственного поведения со стороны взрослых;
- дорожные знаки для пешеходов и водителей;
- разные виды транспорта;
- какие опасности встречаются в природе и как с ними бороться;

- способы заботы о своем здоровье;

### **Уметь:**

- применять усвоенные знания для решения проблемных ситуаций;
- планировать свои действия, направленные для достижения конкретной цели;
- соблюдать правила поведения на дороге и в общественных местах;
- различать и называть виды транспорта;
- ориентироваться в окружающем пространстве;
- устанавливать причинно-следственные связи между состоянием окружающей среды и жизнью живых организмов, бережно относиться к природе;
- бережно относиться к своему здоровью.

## **Примерное содержание занятий**

### ***Раздел 1. Познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение, спортивно-оздоровительная деятельность.***

#### **ЗОЖ- основа личной и общественной безопасности.**

##### **Пожарная безопасность**

Вводное занятие. ЗОЖ- основы личной и общественной безопасности нацеливает обучающихся на осознанное принятие норм ЗОЖ для обеспечения прежде всего личной безопасности должны овладеть не только правилами безопасного поведения в различных ситуациях, но и путями и средствами укрепления здоровья: уметь оказывать первую медицинскую помощь, общаться со сверстниками и взрослыми, знать о значении природного окружения для здоровья человека.

Пожарная безопасность- Сформировать у учащихся чувство ответственного отношения к правилам пожарной безопасности, познакомить с рекомендациями специалистов по правилам поведения для обеспечения личной безопасности во время пожара. Поведение практических тренировок и практических занятий по темам. Причины возникновения пожаров. Вызов пожарной службы.

Пожар, возникший от костров. Пожар в жилом помещении.

Поведение во время пожара. Оказание первой помощи.

Посещение пожарной части. *Практическое занятие:* эстафеты, способствующие закреплению правил поведения при пожаре. *Практические занятия:* закрепление терминов по пожарной тематике. Игры, посвящённые труду людей, связанных с пожарной охраной.

### ***Раздел 2. Познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение, спортивно-оздоровительная деятельность.***

##### **Дорожная азбука**

Реализация программы осуществляется через сочетание разнообразных по содержанию и форме видов образовательной деятельности: проведение викторин, экскурсий на улицы города, беседы-анализ конкретных дорожных ситуаций, тесты на знание правил дорожного движения, проектные работы, тематические занятия в «городке безопасности». Знакомство с историей ПДД. Развитие дорожной грамотности детей. Подвести учащихся к мысли о необходимости соблюдать правила дорожного движения.

Совершенствовать уровень накопленных практических навыков. Воспитание

ответственности у детей за своё поведение. Обучающие должны знать: Дорожные знаки. Сигналы светофора. Виды транспорта. Как безопасно перейти улицу. Причины ДТП (где можно играть, кататься на санках и коньках; правила перехода улицы при высадке из транспорта). Обязанности пассажиров. Ориентироваться в дорожных ситуациях. Оценивать своё поведение на дорогах. Уметь пользоваться общественным транспортом (правила ожидания транспорта на остановке, правила посадки-высадки и т.д.). Предполагается встреча с сотрудниками ГБДД, транспортной милиции.

### **Раздел 3. Познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение, спортивно-оздоровительная деятельность.**

#### **Азы безопасности**

Главным является развитие у обучающихся чувства ответственности за свое поведение, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, стимулирование у ребенка самостоятельности в принятии решений и выработка умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни.

Раздел помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в окружающем пространстве. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера ,государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, об обязанностях граждан по защите государства; Службы 01, 02, 03, 04 , 112 (Службы спасения: милиция, скорая помощь, пожарная охрана, аварийная газовая служба, МЧС.)Причины возникновения несчастных случаев. ПДД, гроза, электрический ток, детские шалости. *Практическое занятие:* оказание первой помощи при несчастных случаях. Поведение при встрече с незнакомым человеком. Вымогательство. Закон «О мерах по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних ». Места купания. Оснащение мест для купания. Правила поведения на воде и у воды. Помощь утопающим. *Практическое занятие:* оказание первой помощи утопающим. Опасные места: промоины, проруби, подтаивание, тонкий лёд. Поведение на льду. Помощь пострадавшим. Понятие «бедствие». Землетрясение. Наводнение. Буран. Снежные заносы. Предупредительный сигнал «Внимание всем!» (сирены, гудки). Понятия «аварии», «катастрофы». Химические загрязнения окружающей среды (выброс ядовитых веществ). Железнодорожная катастрофа. Правила поведения во время технологических аварий. Предполагается посещение базы МЧС, встреча с сотрудниками.

#### **Тематическое планирование занятий для 5-го класса**

№	Тема	Форма занятия	Содержание	Дата
1	<b>Чрезвычайные ситуации.</b> Источники опасности	Беседа с элементами игры	ЧС. Опасная ситуация. Источники опасности дома, на улице, на дороге, в природе и на транспорте	

2	Как научиться выявлять и предвидеть опасности	Познавательная игра	Системы оповещения и их виды. Таблички, знаки и надписи. Предвидеть опасность. По возможности избегать ее. При необходимости - действовать.	
3	Город – источник опасности	Ситуации	Источники опасности в городе: транспорт, промышленные предприятия, железная дорога, правонарушители. Зоны повышенной опасности.	
4	Опасные ситуации в жилище	Игра «Мой дом»	Лифт. Затопление жилища. Безопасное обращение с бытовым газом. Безопасность и компьютер.	
5	Правила безопасного поведения при работе с электроприборами.	Игра «Электричество и мы»	Если загорелся телевизор. Правила пользования бытовыми электроприборами и розетками	
6	<b>Пожарная безопасность.</b>	Игра «Юный пожарный»	История создания пожарной охраны. Причины пожара. Виды пожаров. Действия при пожаре	
7	<b>Дорожное движение.</b> Безопасность участников дорожного движения.	Беседа. Просмотр фильма. Мини-игра «Светофор»	Причины ДТП. Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Виды светофоров.	
8	Безопасность пешехода.	Решение ситуационных задач	Правила пешехода при переходе улицы, при движении по тротуарам и дорогам	

9	Пассажир. Безопасность пассажира.	Викторина «Знаешь ли ты средства транспорта»	Правила поведения в автобусах, трамваях и личном транспорте. Опасные ситуации в транспорте.	
10	Водитель. Безопасность велосипедиста.	Беседа с элементами игры.	Требования к велосипеду. Обязанности велосипедистов. Движение велосипедистов .	
11	«Безопасное колесо»	Игра	Устройство велосипеда. Правила велосипедистов. Конкурсы на велосипедах.	
12	В стране дорожных знаков	Викторина «Знаешь ли ты дорожные знаки»	Группы дорожных знаков: предупреждающие, приоритета, запрещающие, предписывающие, особых предписаний, информационные, сервиса, дополнительной информации	
13	Школа светофорных наук	Устный журнал	Виды светофоров. Их назначение. Светофоры для пешеходов и водителей.	
14	Путешествие по городу Светофорску	Познавательная игра	Дорожные знаки, перекрестки, светофоры, движение транспорта и пешеходов и т.д.	
15	«Я и дорога»	Конкурс рисунков	Творческое задание на свободную тему по правилам дорожного движения	
16	<b>Погодные явления и безопасность</b>	Беседа с элементами игры	Метель, снежный занос, отморожение. Безопасное поведение. Первая помощь	

17	Безопасное поведение на льду	Просмотр видеофильма. Практикум	Безопасная толщина льда. Движение по замерзшим водоемам группой и в одиночку. Спасение утопающего	
18	<b>Здоровый образ жизни.</b> Наш выбор – здоровье!	Учебно-развлекательная программа по пропаганде здорового образа жизни	Что такое здоровый образ жизни. Его составляющие. Краткая характеристика	
19	Личная гигиена. В гостях у Мойдодыра	Игра - путешествие	Уход за кожей лица, рук, ног, волос, одежды и обуви	
20	Личная гигиена. Берегите зубы	Беседа с элементами игры. Просмотр фильма	Гигиена полости рта. Правила чистки зубов. Кариес. Выбор зубной щетки и пасты	
21	Правильное питание – залог здоровья	Моделирование здоровых блюд. Создание проекта «Рациональное питание»	Рациональное питание. Белки, жиры и углеводы, витамины, минеральные вещества и вода	
22	Гигиена питания. Полезные продукты	Познавательная игра. Работа над проектом	Продукты, богатые белками, жирами, углеводами, минеральными веществами и др.	
23	Путешествие в страну Витамицию	Игровая познавательная программа. Работа над проектом	Виды витаминов. Их влияние на здоровье. Продукты, богатые ими.	
24	Гигиена питания. Вредные продукты	Составление проекта	Вред чипсов, некоторых напитков и др.	

25	Мы спортивные ребята	Спортивная игра	Веселые старты. Двигательная активность и ее влияние на здоровье человека. Мышцы и скелет человека. Гиподинамия
26	В здоровом теле – здоровый дух!	Спортивная игра	Соревнования на разные виды упражнений для различных видов мышц
27	Безопасный компьютер	Беседа с элементами практики	Гигиена зрения. Правила пользования компьютером. Упражнения для глаз и тела
28	Говорим здоровью – да!	Познавательно – игровая программа	Закаливание, режим труда и отдыха, организация учебного труда, организм человека
29	Вредные привычки	Беседа с элементами игры. Просмотр фильма	Вред табакокурения, болезни. Вред алкоголизма. Другие вредные привычки
30	Клещевой энцефалит	Беседа	Клещи – переносчики заболевания клещевым энцефалитом. Меры профилактики
31	Лекарственные и опасные растения нашей местности	Экскурсия в природу	Лекарственные и полезные растения. Опасные растения
32	<b>Первая помощь</b> при различных повреждениях	Практикум	Обработка ссадин, ран, ушибов, остановка кровотечений, наложение повязок
33	Первая помощь при солнечном и тепловом ударе	Практикум	Солнечный и тепловой удар. Меры профилактики и первая помощь

34	Безопасность на водоемах. Правила купания	Видео лекторий, практикум	Выбор места для купания. Правила безопасного купания. Спасение утопающего	
35	Весенний поход			

### Тематическое планирование занятий 6 класса

№	Тема	Форма проведения	Содержание	Дата
1	Чрезвычайные и опасные ситуации	Решение ситуационных задач	Чрезвычайная и опасная ситуация. Примеры. ЧС природного, техногенного и криминального характера, ЧС в жилище.	
2	<b>Безопасность на дороге.</b> История авто и мототранспорта	Познавательная игра	История создания первого автомобиля и мотоцикла, а также велосипеда	
3	В стране дорожных знаков	Викторина «Знаешь ли ты дорожные знаки»	Группы дорожных знаков: предупреждающие, приоритета, запрещающие, предписывающие, особых предписаний, информационные, сервиса, дополнительной информации	
4	Безопасность и дорога. Во дворе дома тоже улица	Решение ситуационных задач	Безопасное поведение на дороге во дворе дома.	
5	Ты и дорога	Познавательная игра	Правила пешехода. Виды светофоров. Дорожная разметка. Дорожные знаки.	

6	Азбука города	Устный журнал	Движение транспортных средств, светофоры, перекрестки, движение пешеходов и др.	
7	Безопасность при поездке в общественном транспорте	Викторина «Виды и средства транспорта»	Правила безопасного поведения в транспорте. История создания транспортных средств. Виды транспорта.	
8	Ты - водитель	Игра «Безопасное колесо»	Правила велосипедиста. Конкурс велосипедистов. Устройство велосипеда, правила езды, перевозка пассажира и груза, умение выполнять простые виражи.	
9	Конкурс рисунков «Я и дорога»	Творческий художественный проект	Рисунок или плакат по правилам дорожного движения	
10	Безопасность на железной дороге	Познавательная игра	Железнодорожный транспорт, история создания первых транспортных средств. Опасность и меры предосторожности на железной дороге.	
11	<b>Пожарная безопасность</b>	Игра «Юный пожарный»	Причины пожаров в быту и на предприятиях. Меры профилактики	
12	История пожарной охраны	Экскурсия в пожарную часть	Знакомство с местной пожарной охраной, ее деятельность, снаряжение и техника для тушения пожаров. История создания.	
13	Безопасное обращение с электроприборами	Игра «Электричество и мы»	Правила пользования бытовыми приборами. Правила пожарной безопасности. Правила тушения электроприборов при возгорании	

14	<b>Безопасность и природа.</b> Ориентирование на местности.	Практикум	Виды ориентирования. Способы определения сторон горизонта. Компас и приемы работы с ним.	
15	Определение своего местонахождения и направления движения на местности	Практикум на местности	Ориентирование на местности, определение сторон горизонта с компасом и без него, по солнцу, тени от предмета, часам, местным признакам.	
16	Определение необходимого снаряжения для похода	Практикум	Личное, групповое и специальное снаряжение для похода и его состав.	
17	Подготовка к выходу на природу.	Игра «Собери рюкзак».	Необходимое снаряжение для похода.	
18	Безопасность пешех, водных и велосипедных походов	Видеолекторий, беседа	Препятствия на маршруте и преодоление их. Организация движения. Обеспечение безопасности.	
19	Подготовка и проведение лыжных походов	Практическое занятие	Лыжи и уход за ними. Одежда и обувь для лыжного похода. Организация движения. Движение по склону.	
20	Лыжный поход	Практикум	Лыжный поход в природу	
21	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	Беседа с элементами игры	Автономное существование. Добровольная и вынужденная автономия. Способы добывания огня. Питьевая вода. Питание. Подача сигналов бедствия.	
22	Сооружение временного укрытия из подручных средств	Практикум на улице	Сооружение снежной пещеры, иглу и других снежных сооружений	

23	Опасные погодные явления	Устный журнал. Игра «Метеослужба предупреждает!»	Признаки ухудшения погоды. Пурга и поведение при ней. Снегопад. Безопасное поведение.	
24	Правила безопасного обращения с дикими животными.	Викторина «Эти хищные животные»	Встреча и поведение с волком, кабаном, медведем и другими дикими животными	
25	Укусы насекомых и защита от них	Практикум	Укусы насекомых – пчел, ос, шершней, комаров. Укусы ядовитых змей. Первая медицинская помощь при их укусах.	
26	Клещевой энцефалит и его профилактика	Беседа с элементами практики	Клещи. Заболевание энцефалитом, симптомы болезни. Профилактика	
27	Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях	Практикум	Гигиена одежды, обуви в походе. Личная гигиена. Помощь при потертостях и ссадинах, ушибах и др. повреждений	
28	Весенний поход	Практикум	Выбор маршрута для похода. Личное, групповое и специальное снаряжение. Аптечка. Набор необходимых продуктов и блюда из них. Одежда, обувь для похода. Варочная посуда.	
29	<b>Здоровый образ жизни.</b>	Спартакиада «Мы – спортивные ребята»	Эстафета с мячами, обручами, подвижные конкурсы.	
30	Здоров будешь – все добудешь!	Конкурсная программа	Роль витаминов . Двигательная активность. Органы человека. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	

31	Вредные продукты	Проект	Выявление вредных веществ в различных вредных продуктах и их влияние на здоровье человека.	
32	Первая медицинская помощь при солнечном и тепловом ударе	Видеолекторий, практическое занятие	Солнечный и тепловой удар, его причины и первая медицинская помощь при нем. Выбор места для купания. Правила купания. Помощь при утоплении.	
33	. Безопасность на водоемах.	Видеолекторий, практикум	Выбор места для купания. Правила купания. Помощь при утоплении.	
34	Компьютер и его влияние на здоровье	Беседа с элементами практического занятия	Правила работы на компьютере. Профилактика утомления. Составление комплекса упражнений для глаз и тела	
35	Природа и безопасность.	Викторина «Узнай растение». Экскурсия	Ядовитые грибы. Ядовитые растения. Лекарственные и съедобные растения. Чай из трав	

**Календарно - тематическое планирование занятий 7 класса**

№	Тема	Вид деятельности	Дата
1	Различные природные явления и причины их возникновения	Познавательная игра «Угадай явление»	
2	Общая характеристика природных явлений	Викторина «Знаешь ли ты природу»	
3	Опасные и чрезвычайные ситуации. Безопасность на дороге	Игра «В стране дорожных знаков»	
4	Ты - водитель	Игра «Безопасное колесо»	

5	Организация дорожного движения	Игра «Город светофорных наук»	
6	Безопасность на железной дороге	Устный журнал о железнодорожном транспорте	
7	Конкурс рисунков «Я и дорога»	Творческий художественный проект	
8	Пожарная безопасность в быту	Игра «Электричество и мы»	
9	Береги лес от пожара	Акция в защиту леса от пожара	
10	Обеспечение безопасности в природной среде	Беседа с элементами игры	
11	Безопасное поведение во время урагана, смерча, бури	Игра «Метеослужба предупреждает»	
12	Наводнения. Виды наводнений и их причины. Безопасное поведение	Видеолекторий	
13	Как выжить в сильный мороз	Познавательная игра	
14	Первая помощь при отморожениях	Практикум	
15	Другие опасные погодные явления	Устный журнал	
16	Движение – это жизнь!	Веселые старты	
17	Рациональное питание	Составление рецептов полезных блюд, игра «Юный повар»	
18	Правильное питание	Викторина «Будь здоров!»	
19	Вредные продукты	Проект о вреде некоторых продуктов	

20	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	Познавательная игра	
21	Вредные привычки. Вред курения	Акция «Мы за здоровый образ жизни!»	
22	Вредные привычки. Вред алкоголя	Познавательная игра	
23	Психологическая уравновешенность	Тест «Кто ты», ролевая игра	
24	Стресс и его влияние на человека	Видеолекторий. Как бороться со стрессом	
25	Анатомо- физиологические особенности человека в подростковом возрасте	Игра «Я здоровье берегу сам себе я помогу»	
26	Формирование личности подростка при взаимоотношениях со взрослыми	Беседа с элементами игры	
27	Формирование личности при взаимоотношениях со сверстниками	Игра «Узнай себя»	
28	Формирование взаимоотношений со сверстниками противоположного пола	Разыгрывание ситуаций и их разбор	
29	Осторожно, клещи!	Профилактика клещевого энцефалита, беседа	
30	Общие правила оказания первой медицинской помощи	практикум	
31	Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении	практикум	
32	Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах	практикум	
33	Общие правила транспортировки пострадавшего	Игра «Кто быстрее»	
34-	Весенний поход	Правильное поведение в	



## Примерное содержание занятий

### ***Раздел 1. Познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение, спортивно-оздоровительная деятельность.***

#### **ЗОЖ- основа личной и общественной безопасности.**

##### **Пожарная безопасность**

Вводное занятие. ЗОЖ- основы личной и общественной безопасности нацеливает обучающихся на осознанное принятие норм ЗОЖ для обеспечения прежде всего личной безопасности должны овладеть не только правилами безопасного поведения в различных ситуациях, но и путями и средствами укрепления здоровья: уметь оказывать первую медицинскую помощь, общаться со сверстниками и взрослыми, знать о значении природного окружения для здоровья человека.

Пожарная безопасность- Сформировать у учащихся чувство ответственного отношения к правилам пожарной безопасности, познакомить с рекомендациями специалистов по правилам поведения для обеспечения личной безопасности во время пожара. Поведение практических тренировок и практических занятий по темам. Причины возникновения пожаров. Вызов пожарной службы.

Пожар, возникший от костров. Пожар в жилом помещении.

Поведение во время пожара. Оказание первой помощи.

Посещение пожарной части. *Практическое занятие:* эстафеты, способствующие закреплению правил поведения при пожаре. *Практические занятия:* закрепление терминов по пожарной тематике. Игры, посвящённые труду людей, связанных с пожарной охраной.

### ***Раздел 2. Познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение, спортивно-оздоровительная деятельность.***

##### **Дорожная азбука**

Реализация программы осуществляется через сочетание разнообразных по содержанию и форме видов образовательной деятельности: проведение викторин, экскурсий на улицы города, беседы-анализ конкретных дорожных ситуаций, тесты на знание правил дорожного движения, проектные работы, тематические занятия в «городке безопасности». Знакомство с историей ПДД. Развитие дорожной грамотности детей. Подвести учащихся к

мысли о необходимости соблюдать правила дорожного движения.

Совершенствовать уровень накопленных практических навыков. Воспитание ответственности у детей за своё поведение. Обучающие должны знать: Дорожные знаки. Сигналы светофора. Виды транспорта. Как безопасно перейти улицу. Причины ДТП (где можно играть, кататься на санках и коньках; правила перехода улицы при высадке из транспорта). Обязанности пассажиров. Ориентироваться в дорожных ситуациях. Оценивать своё поведение на дорогах. Уметь пользоваться общественным транспортом (правила ожидания транспорта на остановке, правила посадки-высадки и т.д.). Предполагается встреча с сотрудниками ГБДД, транспортной милиции.

### ***Раздел 3. Познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение, спортивно-оздоровительная деятельность.***

#### **Азы безопасности**

Главным является развитие у обучающихся чувства ответственности за свое поведение, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, стимулирование у ребенка самостоятельности в принятии решений и выработка умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни.

Раздел помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в окружающем пространстве. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера ,государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, об обязанностях граждан по защите государства; Службы 01, 02, 03, 04 , 112 (Службы спасения: милиция, скорая помощь, пожарная охрана, аварийная газовая служба, МЧС.)Причины возникновения несчастных случаев. ПДД, гроза, электрический ток, детские шалости. *Практическое занятие:* оказание первой помощи при несчастных случаях. Поведение при встрече с незнакомым человеком. Вымогательство. Закон «О мерах по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних ». Места купания. Оснащение мест для купания. Правила поведения на воде и у воды. Помощь утопающим. *Практическое занятие:* оказание первой помощи утопающим. Опасные места: промоины, проруби, подтаивание, тонкий лёд. Поведение на льду. Помощь пострадавшим. Понятие «бедствие». Землетрясение. Наводнение. Буря. Снежные заносы. Предупредительный сигнал «Внимание всем!» (сирены, гудки). Понятия «аварии», «катастрофы». Химические загрязнения окружающей среды (выброс ядовитых веществ). Железнодорожная катастрофа. Правила поведения во время технологических аварий. Предполагается посещение базы МЧС, встреча с сотрудниками.