

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ПЕРЕГРЕБИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

РАССМОТРЕНО  
на заседании МО  
эстетического и физического  
воспитания  
Протокол №1 от «30» августа 2023г

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора  
МБОУ «Перегибинская СОШ»  
от «31» августа 2023г. № 267-од.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Основы безопасности**  
**жизнедеятельности»**  
для учащихся 7 классов

**с. Перегребное 2023**

## Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности» направлена на освоение учащимися курса ОБЖ на базовом уровне, что соответствует Образовательной программе школы. Она включает все темы, предусмотренные федеральным компонентом государственного образовательного стандарта основного общего образования по ОБЖ и авторской программой учебного курса. Изменений в авторскую образовательную программу под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 7-х, классов общеобразовательных учреждений) не внесено.

Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе строится так, чтобы были достигнуты следующие

**Цель:** Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной 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, справедливости судов и ответственности власти;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию. Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных задач, как:
- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Изучение данного курса предполагает получение учащимися углубленных знаний по безопасности, которая определяет решающую роль человека в выработке способностей и умения сохранить здоровье и жизнь в условиях различного рода экстремальных ситуаций природного, техногенного, экологического и социального характера. Более детальное рассмотрение вопросов безопасности в жизни и быту позволит обобщить накопленный, в том числе и на уроках ОБЖ, материал на основе анализа конкретных ситуаций, что значительно активизирует учебно-воспитательный процесс, станет побудительным фактором к творческому подходу в поиске правильных решений по выходу из чрезвычайных ситуаций.

**Цели и задачи программы:**

**Цель:** овладение системой теоретических знаний и умений безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья.

**Задачи:**

- Формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.
- Формирование индивидуальной системы здорового образа жизни: значении двигательной активности и закаливании для здоровья человека, о гигиене питания и профилактики вредных привычек.
- Выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, ответственности за антиобщественное поведение и участие в антитеррористической деятельности.

Для решения воспитательных задач, используются **методы воспитания:**

- Традиционные – убеждение, упражнения, поощрения, пример
- Инновационно-деятельностные – модельно-целевой подход, алгоритмизация
- Неформально-личностные – пример личностно-значимых людей, пример авторитетных людей, пример друзей, близких
- Рефлексивные – индивидуальное переживание, самоанализ, осознание собственной ценности в реальной действительности

**Логические связи** Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» представляет собой совокупность фрагментов во многих образовательных областях и основного массива содержания, которое обобщает и систематизирует учебный материал других предметов. В таких блоках как, «**Безопасность и защита человека в опасных ситуациях**» и «**Чрезвычайные ситуации**» прослеживается связь с географией, историей. Используется межпредметная связь с литературой, приводятся примеры из сказок. Межпредметные связи реализуются за счет применения опорных знаний учащихся, проведения интегрированных уроков и т.д.

**Предполагаемые результаты** – Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата)

- Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата)
- Использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа
- Поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа
- Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.
- Воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде; к личному здоровью, как индивидуальной, так и общественной ценности; к безопасности личности, общества и государства

- Овладение умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и план своих действий в конкретной опасной ситуации, с учетом реальной обстановки своих возможностей.

Деятельность учащихся на занятиях ОБЖ оценивается с позиций современных образовательных технологий: личностного подхода в обучении, развивающего обучения и успешности деятельности учащихся. Задания носят сильный развивающий характер. Оценивание имеет форму стимулирования обучения и саморазвития школьника в рамках возможностей учащихся.

Изучение данного курса предполагает получение учащимися углубленных знаний по обеспечению личной безопасности во время активного отдыха на природе, общения с естественной природной средой.

- формирования у учащихся основных понятий об опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека;
- выработки у них сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих;
- приобретение учащимися способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умения адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учётом своих возможностей;
- формирования у учащихся антиэкстремистского и антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков.
- повышение уровня знаний и навыков в обеспечении безопасности жизнедеятельности при возникновении опасных и чрезвычайных ситуаций природного характера;
- формирование уверенности в успешном преодолении трудностей и веры в успех при столкновении с опасными и неадекватными ситуациями;
- продолжать повышение уровня знаний по безопасности дорожного движения, а также формирования навыков и умений оказания первой помощи при ранениях и травмах.

**Возможные виды самостоятельной работы учащихся:** *выполнения презентаций, проектов, подготовка докладов.*

Курс внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности» представляет собой совокупность фрагментов во многих образовательных областях и основного массива содержания, которое обобщает и систематизирует учебный материал других предметов. В таких блоках как, «**Безопасность и защита человека в опасных ситуациях**»и «**Чрезвычайные ситуации**» прослеживается связь с географией, историей. Используется межпредметная связь с уроками литературы, приводятся примеры из сказок. Межпредметные связи реализуются за счет применения опорных знаний обучающихся, проведения интегрированных уроков и т.д.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности» рассчитана на один год обучения, ориентирована на

учащихся 7 классов, в том числе учащихся с ограниченными возможностями здоровья. Количество часов в год: 34 учебных часов из расчета 1 час в неделю в соответствии с планом внеурочной деятельности.

### **1. Содержание курса внеурочной деятельности**

**Основные методы обучения - словесные методы:** лекция, объяснение, рассказ, чтение, беседа, диалог (диалог педагога с учащимися, диалог учащихся друг с другом), консультация.

**Наглядные методы** основываются на непосредственном восприятии изучаемых предметов посредством использования наглядных материалов: картин, рисунков, плакатов, фотографий; таблиц, схем, диаграмм, чертежей, графиков; демонстрационных материалов: моделей, приборов, предметов (образцов изделий, муляжей и т. д.); видеоматериалов, презентаций.

**Практические методы** обеспечивают самостоятельную деятельность учащихся:

- метод упражнения: упражнения, тренинг, тренировка.
- письменные работы: конспект; выписки, составление тезисов (доклада), реферат; письменные ответы на вопрос; составление аннотации (произведения, статьи).
- метод наблюдения: запись наблюдений, ведение дневника наблюдений; зарисовка, рисунки; запись звуков, голосов, сигналов; фото -, кино -, видеосъемка; проведение замеров.
- практические занятия: оказание первой медицинской помощи.
- проектные и проектно-конструкторские методы обучения: разработка проектов, программ; построение гипотез; моделирование ситуации; создание новых способов решения задачи; создание моделей, конструкций; создание творческих работ; проектирование (планирование) деятельности, конкретных дел.

#### **Раздел 1. «Основы комплексной безопасности». (16ч)**

##### ***Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.***

Пожарная безопасность

Безопасность на дорогах

Безопасность в быту

Безопасность на водоёмах

Экология и безопасность.

##### ***Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях.***

Подготовка к активному отдыху на природе

Активный отдых на природе и безопасность

Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности.

Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.

#### **Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (8 часов)**

Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и возможные последствия. Защита населения от последствий землетрясений. Правила безопасного поведения населения при землетрясении. Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов. Последствия извержения вулканов. Защита населения. Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.

### **Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (4 часа)**

Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность. Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность. Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения. Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения.

### **Раздел 4. Основы здорового образа жизни (3 часа)**

Психологическая уравновешенность. Стресс и его влияние на человека. Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.

### **Раздел 5 Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3 часа)**

Общие правила оказания первой помощи. Оказание первой помощи при наружном кровотечении. Оказание первой помощи при ушибах и переломах.

#### **Тематический план**

<b>№ модуля,</b>	<b>Наименование модулей, разделов, тем</b>	<b>Количество часов</b>
<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (28 часов)</b>		
<b>Тема 1.</b>	<b>Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера</b>	<b>3</b>
<b>Тема 2.</b>	<b>Чрезвычайные ситуации геологического происхождения</b>	<b>6</b>
<b>Тема 3</b>	<b>Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения</b>	<b>3</b>
<b>Тема 4</b>	<b>Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения</b>	<b>8</b>
<b>Тема 5</b>	<b>Природные пожары чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения</b>	<b>4</b>
<b>Тема 6</b>	<b>Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму</b>	<b>4</b>
<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (6 часов)</b>		
<b>Тема 7</b>	<b>Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека</b>	<b>3</b>
<b>Тема 8</b>	<b>Первая помощь при неотложных состояниях</b>	<b>3</b>
	<b>Итого:</b>	<b>34 часа</b>

## **2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### **Личностные результаты:**

- Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;

- Усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- Формирование целостного мировоззрения, соответствующих современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- Формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- Развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- Формирование коммуникативной компетентности в обращении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- Формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- Формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### **Метапредметные результаты:**

- Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- Умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищенности, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действия в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках

предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятие решений и осуществление осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- Умения определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения, умозаключения (индуктивные, дедуктивные и по аналогии) и делать выводы;
- Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- Формирование и развитие компетентности в области использования ИКТ;
- Освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- Формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

#### **Предметные результаты:**

- Формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- Формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- Понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- Понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- Формирование установки на здоровый образ жизни, исключающей употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- Формирование антиэкстремистской и антитеррористической личной позиции;
- Понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;



- Знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- Знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- Умение оказывать первую помощь пострадавшим;
- Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, полученной из различных источников;
- Умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Личностными результатами обучения в 6 классах являются:

- осознание важности здорового образа жизни;
  - соблюдение правил здорового образа жизни;
  - соблюдение правил безопасности в быту, в школе, на прогулках;
- и способность оценивать своё поведение в разных жизненных ситуациях с точки зрения безопасности;
- я способность предвидеть опасные ситуации и избегать их;
- быть готовыми к преодолению опасных ситуаций в случае их неизбежности.

Метапредметные результаты обучения представлены универсальными учебными действиями:

а анализом ситуаций, влияющих положительно и отрицательно на самочувствие и здоровье человека;

- сравнением примеров опасного и безопасного поведения;
- планированием и организацией своей жизни и деятельности с учётом безопасности;
- обобщением изученного материала, формулированием выводов о возможных причинах возникновения опасных ситуаций,

**Предметные результаты обучения нацелены на решение прежде всего образовательных задач:**

- расширение знаний о здоровом образе жизни, ситуациях, которые нарушают его, и причинах их возникновения;
- использование полученных знаний в учебных ситуациях, применение знаний для прогнозирования и оценки поведения;
- расширение кругозора и культурного опыта школьника, формирование умения воспринимать мир не только рационально, но и образно.

### 3. Тематическое планирование

Раздел	Основное содержание	Основные виды деятельности учащихся
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (28 часов)		
Раздел 1. Основы комплексной безопасности (3 часов)		

<p>Тема 1. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера (3 часа)</p>	<p>Различные природные явления Общая характеристика природных явлений Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера</p>	<p>Классифицируют и характеризуют чрезвычайные ситуации природного характера. Раскрывают правила поведения для снижения риска встречи с дикими животными. Вырабатывают навыки безопасных действий при встрече с дикими животными, укусах животных, змей, пауков, клещей и насекомых. Объясняют различия между съедобными и ядовитыми грибами и растениями.</p>
<p>Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (21 часов)</p>		
<p>Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (6 часа)</p>	<p>Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и возможные последствия Защита населения от последствий землетрясений. Правила безопасного поведения населения при землетрясении Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов. Последствия извержения вулканов. Защита населения Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.</p>	<p>Раскрывают правила поведения для снижения риска отравления ядовитыми грибами и растениями. Моделируют реальные ситуации и решают ситуационные задачи</p>
<p>Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (3 часа)</p>	<p>Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия Защита населения от последствий ураганов и бурь Смерчи</p>	<p>Характеризуют автономные условия, раскрывают их опасности и порядок подготовки к ним. Моделируют реальные ситуации и решают ситуационные задачи</p>

<p>Тема 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (8 часов)</p>	<p>Наводнения. Виды наводнений и их причины Защита населения от последствий наводнений Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения Сели и их характеристика Защита населения от последствий селевых потоков Цунами и их характеристика Защита населения от цунами Снежные лавины</p>	<p>Вырабатывают навыки безопасных действий при автономном существовании в природной среде: ориентирование на местности, в том числе работа с компасом и картой, обеспечение ночлега и питания, разведение костра, подача сигналов бедствия. Моделируют реальные ситуации и решают ситуационные задачи</p>
<p>Тема 5. Природные пожары чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения (4 часа)</p>	<p>Лесные и торфяные пожары и их характеристика Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения Инфекционная заболеваемость людей и защита населения Эпизоотии и эпифитотии</p>	<p>Классифицируют и характеризуют природные пожары и их опасности. Характеризуют факторы и причины возникновения пожаров. Вырабатывают навыки безопасных действий при нахождении в зоне природного пожара. Моделируют реальные ситуации и решают ситуационные задачи</p>
<p>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (4 часа)</p>		
<p>Тема 6. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (4 часа)</p>	<p>Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического</p>	<p>Объясняют понятия «экстремизм» и «терроризм», раскрывают их содержание, характеризуют причины, возможные варианты проявления и их последствия. Раскрывают цели и формы проявления террористических актов, характеризуют их последствия. Раскрывают основы общественно-</p>

	поведения	государственной системы, роль личности в противодействии экстремизму и терроризму. Объясняют уровни террористической опасности и цели контртеррористической операции
Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (6 часов) Раздел 4. Основы здорового образа жизни (3 часа)		
Тема 7. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека (3 часа)	Психологическая уравновешенность Стресс и его влияние на человека Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте	Раскрывают понятие «первая помощь» и её содержание. Анализируют универсальный алгоритм оказания первой помощи. Характеризуют назначение и состав аптечки первой помощи. Вырабатывают навыки действий при оказании первой помощи в различных ситуациях. Характеризуют приёмы психологической поддержки пострадавшего. Моделируют реальные ситуации и решают ситуационные задачи
Раздел 5 Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3 часа)		
Тема 8. Первая помощь при неотложных состояниях (3 часа)	Общие правила оказания первой помощи Оказание первой помощи при наружном кровотечении Оказание первой помощи при ушибах и переломах	Раскрывают смысл понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни» и их содержание, объясняют значение здоровья для человека. Характеризуют факторы, влияющие на здоровье человека. Раскрывают содержание элементов здорового образа жизни, объясняют пагубность

		<p>вредных привычек. Обосновывают личную ответственность за сохранение здоровья. Моделируют реальные ситуации и решают ситуационные задачи</p>
--	--	--