

**Муниципальное образование  
Ленинградский район**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
основная общеобразовательная школа № 21  
им. А.П. Сальникова пос. Звезда  
муниципального образования  
Ленинградский район**

РАССМОТРЕНО  
Руководитель ШМО  
классных руководителей  
\_\_\_\_\_ Н.Е. Лесняк  
Протокол №1  
от «29» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместителем директора по  
УВР  
\_\_\_\_\_ Е.В. Заикина  
«29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
на заседании педагогического  
совета  
протокол №1 от 30.08.2023 г.  
Директор школы  
\_\_\_\_\_ Т.С. Зубенко  
Приказ №\_\_178\_\_-осн.  
от «01» сентября 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Безопасность жизнедеятельности на Кубани»**  
(наименование)

**1 год**

(срок реализации программы)

**10-16 лет**

(возраст обучающихся)

## Планируемые результаты

- формировать у обучающихся сознательное отношение к вопросам личной и общественной безопасности и стремления к здоровому образу жизни;
- научить обучающихся, делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- создать условия для приобретения практических навыков и умений поведения детей в экстремальных ситуациях.

## Содержание курса

### **Модуль I. Безопасность человека в опасных ситуациях**

#### **Раздел I. Основы комплексной безопасности**

#### **Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека**

##### **Безопасность в быту**

Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту.

#### **Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера**

##### **Безопасность на дорогах**

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила Безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях.

#### **Тема 3. Опасные ситуации природного характера**

##### **- Безопасность на водоёмах**

Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

#### **Тема 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**

- Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, буря, ураган, сели, оползни, обвалы). Чрезвычайные ситуации техногенного характера (радиационно опасные объекты объект, химически опасный объект)

#### **Раздел 2. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации**

#### **Тема 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение.**

##### **- Опасные ситуации социального характера**

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте. Профилактика нападений и самозащита при нападении насильников и хулиганов. Самооценка поведения. Психологические приёмы самозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников..

**Тема 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.**

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении заложников сотрудниками спецслужб. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

**Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

**Раздел II. Основы здорового образа жизни**

**Тема 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни**

- Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия сохранения и укрепления здоровья. Рациональное питание. Роль питания в сохранении здоровья человека

- Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.

**Раздел III. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи**

**Тема 8. Первая медицинская помощь и правила её оказания**

- Оказание первой медицинской помощи

Медицинская (домашняя) аптечка. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и ушибах. Перевязочные и лекарственные средства. Первая медицинская помощь при отравлениях газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии,

**Тематическое планирование**

№п /п	Тема	Всего часов	Цифровой образовательный ресурс
1	«Человек, среда его обитания, безопасность человека	2	

2	«Опасные ситуации техногенного характера	3	
3	Опасные ситуации природного характера	3	
4	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	3	
5	Основы здорового образа жизни	3	
	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	3	
	Итого	17	