

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа с. Старый Маклауш  
муниципального района Клявлинский Самарской области

Программа рассмотрена на заседании МО учителей начальных классов Протокол № 1 от 28.08.2023 г. Председатель МО _____/Горбунова А.В./	Проверено Зам. директора по УВР _____ Н.В. Батяева (подпись) 29.08.2023.	Утверждено приказом № 43-од от 29 августа 2023 г. Директор _____ Н.П. Груздева (подпись)
--	---	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности  
для учащихся 1-4классов  
«Школа безопасности»

Форма организации: учебный курс

Направление: информационная культура

Срок реализации: \_\_\_\_\_ 4 года \_\_\_\_\_

Программа составлена: Трифионовой О.Ф., учителем начальных классов ГБОУ СОШ с.  
Старый Маклауш

Старый Маклауш, 2023 год

## **Пояснительная записка**

Сложившаяся в современном мире социальная и экологическая обстановка вызывает беспокойство у людей сей планеты. Особую тревогу испытываем мы за самых беззащитных граждан – детей. Задача взрослых-родителей и педагогов состоит в том, чтобы не только самим оберегать и защищать ребёнка, но и в том, чтобы подготовить его к встрече с разными сложными, а порой опасными жизненными ситуациями.

В настоящее время возрастает роль и ответственность системы образования в деле подготовки населения в области безопасности жизнедеятельности и выработки у граждан Российской Федерации привычек здорового образа жизни.

Необходимо выделить такие правила поведения, которые дети должны выполнять неукоснительно, так как от этого зависит их здоровье и безопасность. Эти правила следует подробно объяснять детям, а затем следить за их выполнением. Однако безопасность и здоровый образ жизни – это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение. Кроме того, дети могут оказаться в неожиданной ситуации на улице и дома, поэтому главной задачей внеурочной деятельности является стимулирование развития у детей самостоятельности и ответственности.

Внеурочные занятия по курсу «Школа безопасности» призваны способствовать формированию у учащихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера и индивидуальной системы здорового образа жизни, антитеррористического поведения.

Занятия по программе помогут избежать многих неприятностей и не растеряться в случае опасности. Ведь недаром древние мудрецы говорили: «Предупреждён – значит вооружён!»

Рабочая программа составлена на основе программы для начальных классов, примерного содержания программы по ОБЖ для 1-4 классов, авторы Л.П.Анастасова, П.В.Ижевский, Н.В.Иванова; в соответствии с требованиями Федеральных законов России «Об образовании», «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», «Об охране окружающей среды», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», «О гражданской обороне» и др.

Необходимость такой программы очевидна и подтверждается потребностями современной жизни: удручающими данными статистики о гибели и травматизме детей на

дорогах страны, усугублением криминогенной обстановки, жертвами которой все чаще становятся дети, данными о неблагоприятном состоянии здоровья школьников.

Данная программа позволяет заниматься профилактикой безопасного поведения школьников, знакомить их с основами здорового образа жизни, формировать устойчивые модели соответствующего поведения в природной и социальной среде.

Приоритетной задачей курса является формирование у ребенка позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков по гигиенической культуре.

#### **Цели программы:**

- ❖ Сформировать у детей потребность предвидеть возможные жизненные экстремальные ситуации;
- ❖ Формировать у учащихся сознательное и ответственное отношение к личной безопасности и безопасности окружающих.
- ❖ Приобретение ими навыков сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, оказание помощи пострадавшим.
- ❖ Выработать достаточно твердые умения и навыки поведения в той или иной ситуации;
- ❖ Обучить детей методам обеспечения личной безопасности.
- ❖ Воспитание гражданственности, патриотизма, ответственности перед обществом и природой.

#### **Задачи программы:**

- ❖ Изучение и освоение основ здорового образа жизни, обеспечивающего полноценное безопасное существование;
- ❖ Развитие у детей 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;
- ❖ Приобретение учащимся начальных знаний, умений и навыков в области безопасности жизни;
- ❖ Формирование у детей научно обоснованной системы понятий основ безопасности жизнедеятельности;
- ❖ Выработка необходимых умений и навыков безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций; изучение методов и приёмов защиты;

- ❖ Изучение и освоение основ медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи в опасных чрезвычайных ситуациях.

**Реализация программы позволит:**

- ❖ Привить учащимся начальные знания, умения и навыки в области безопасности жизни;
- ❖ Сформировать у детей научно-обоснованную систему понятий основ безопасности жизнедеятельности;
- ❖ Выработать необходимые умения и навыки безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций;
- ❖ Поможет детям стать самостоятельнее, научит не теряться в сложных ситуациях, расскажет, как помочь в таких ситуациях себе и другим.

Особое значение имеет необходимость углубления и расширения определённых понятий основного курса, что обусловлено растущим интересом учащихся к умениям действовать в экстремальных ситуациях, развитию самостоятельности при решении социальных и бытовых проблем в сложных жизненных ситуациях.

В ходе реализации содержания программы учащиеся 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.

Программа построена с учётом уровня подготовки и общего развития учащихся начальной школы по классам обучения и включает в себя основные, наиболее часто встречающиеся опасные ситуации, в которых ребёнок может оказаться дома, на улице, в школе, в природных условиях.

Курс рассчитан на еженедельные занятия, в течение четырех лет обучения (1-4 класс).

Количество занятий: 1 класс— 33 часа, 2-4 класс – 34 часа

Регулярность: 1 раз в неделю

Продолжительность: 40 минут.

На занятиях широко используется деятельностный подход, который позволяет реализовать методику накопления учениками опыта в вопросах здоровья и безопасности жизни. Программа предлагает широко использовать игровые и проблемные ситуации, элементы тренинговой формы, различные виды групповой работы и многое другое. В этом контексте стремление ребенка к здоровому образу жизни становится естественной потребностью, результатом его осознанных действий, а не следования ряду запретов.

Структура программы ориентирована на интегративные мироощущения школьников начального периода обучения. Главная идея базируется на так называемых «основных свойствах живого», позволяющих выстроить принципы и правила здоровья и здорового образа жизни, безопасного поведения в природной и социальной среде. Содержание уроков направлено на объединение биологического, психического, социального и духовно-нравственного начал в человеке.

Программой предусмотрены обязательные практические занятия:

- ❖ Работа с дидактическим материалом (в игровой форме);
- ❖ Изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций

### **Формы работы:**

- ❖ тематические занятия, беседы
- ❖ игровые тренинги
- ❖ разбор дорожных ситуаций на настольных играх
- ❖ походы и экскурсии
- ❖ конкурсы, соревнования, КВН, викторины
- ❖ изготовление наглядных пособий для занятий по правилам дорожного движения;
- ❖ выпуск стенгазет
- ❖ разработка проектов
- ❖ встреча с работниками ГИБДД
- ❖ просмотр видеофильмов
- ❖ подвижные игры и спортивные соревнования
- ❖ ролевые игры
- ❖ дни здоровья

Программа предполагает, как групповые занятия, так и индивидуальные, а также проведение массовых мероприятий.

## **Содержание курса внеурочной деятельности**

### **1-й год обучения**

#### **I. Основы здорового образа жизни.**

1.1. *Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни».*  
*Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни».*

Здоровье и здоровый образ жизни. От чего зависит наше здоровье. Личная гигиена. Болезнь грязных рук. Режим дня. Профилактика переутомления. Температура окружающего воздуха, ее влияние на здоровье человека. Одежда по сезону.

1.2. *Вредные привычки, их влияние на здоровье.*

Полезные и вредные привычки. Вредные привычки: грызть ногти и кончик ручки,

сосать палец и плевать. Привычка - лень и неряшливость. Привычка - занятие спортом, соблюдение режима дня.

1.3. *Значения физкультуры и спорта для здоровья человека.*

Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности. Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями. Подвижные игры. Зимние забавы.

## **II. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.**

Основные виды травм у детей младшего школьного возраста. Как избежать травмоопасных ситуаций. Оказание первой медицинской помощи при царапинах, порезах, ссадинах и занозах. Первая помощь при укусах насекомых.

## **III. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.**

3.1. *Безопасное поведение дома.*

Соблюдение закона 15-39. Возможные опасности и опасные ситуации, которые могут возникнуть дома. Как вести себя, когда ты дома один. Опасности, возникающие при нарушении правил поведения на лестничных клетках. Меры безопасности при обращении с острыми, колющими, режущими предметами.

3.2. *Пожарная безопасность и поведение при пожаре.*

Огонь и человек. Причины пожар. Как вести себя при пожаре. Дым и его опасность. Пожарная безопасность на территории школы. Эвакуация из помещения при пожаре.

3.3. *Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера.*

Где можно и где нельзя играть. Если ты потерялся. Твои координаты.

Правила безопасного общения с незнакомыми людьми на улице, в подъезде дома, в ожидании лифта. Когда взрослых нет дома.

3.4. *Безопасное поведение на улицах и дорогах*

Улицы поселка. Наиболее безопасный путь в школу и домой.

Дорога. Тротуар как часть дороги. Правила движения по тротуару.

Движение пешеходов по улицам и дорогам. Правила перехода дорог. Дорожные знаки для пешеходов. Мы - пассажиры, обязанности пассажиров.

3.5. *Безопасное поведение на природе*

Опасные погодные условия: дождь, гроза, снегопад, гололед. Безопасное поведение во время гололёда и гололедицы. Снег на крышах зданий.

3.6. *Безопасное поведение на воде.*

Водоёмы. Состояние водоёмов в различное время года.

Правила и меры безопасного поведения на воде в осенний период. Период ледостава.

## **IV. Защита человека в чрезвычайных ситуациях.**

Общие понятия опасности и чрезвычайной ситуации. Службы экстренной помощи.

Чрезвычайные ситуации природного происхождения – стихийные бедствия.

Примеры стихийных бедствий: снегопады, метели. Их последствия, мероприятия по

защите. Опасность оползней. Опасность селей. Правила поведения при оползнях и селях.

**V. *Подготовка к активному отдыху на природе***

Природа и человек. Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему. Правила поведения юных туристов. Какие опасные животные могут испортить нам отдых на природе. Защита от насекомых и клещей. Как удалить клеща.

**VI. *Охранять природу - значит охранять здоровье.***

Природа - источник сил, вдохновения и оздоровления.

Вода - это жизнь. Вода горной реки. Природные родники и их охрана.

**2-й год обучения**

**I. *Основы здорового образа жизни.***

1.1. *Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни».*

Болезни и их возможные причины. Как вести себя, когда что-то болит.

Простудные заболевания. Чем важен сон. Как сделать сон полезным. О профилактических прививках.

О вкусной и полезной пище.

1.2. *Вредные привычки, их влияние на здоровье.*

Вредные привычки, их влияние на здоровье. Употребление слов, засоряющих нашу речь, вранье и оскорбление товарищей. Чем опасна плохая привычка. Привычка – здоровое питание.

1.3. *Значения физкультуры и спорта для здоровья человека.*

Не навреди играя. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом. Подвижные игры. Зимние забавы.

**II. *Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.***

Как избежать травмоопасных ситуаций. Первая медицинская помощь при ушибах, при попадании инородных тел в глаза, уши, нос. Кровотечение из носа.

Первая помощь при укусах собак и кошек.

**III. *Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.***

3.1. *Безопасное поведение дома.*

Соблюдение закона 15-39. Как могут стать опасными обычные домашние вещи.

Электричество и газ как источники возможной опасности. Меры безопасности при пользовании электрическими приборами. Правила обращения с газовыми приборами. Опасности, возникающие при нарушении правил поведения на балконах.

3.2. *Пожарная безопасность и поведение при пожаре.*

Правила безопасного поведения при возникновении пожара в доме. Пожар на кухне и балконе.

Профессия пожарного. Пожарная часть.

3.3. *Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера.*

Правила обеспечения сохранности личных вещей. Ключи от дома не теряй. Охрана своего дома.

Безопасность на улице. Как правильно вести себя, чтобы не попасть в беду.

3.4. *Безопасное поведение на улицах и дорогах*

Правила пользования общественным транспортом. Автобусные остановки. Правила поведения на посадочной площадке, посадки и высадки пассажиров. Правила перехода улиц и дорог при выходе из транспортных средств.

Сигналы светофора.

Особенности движения по мокрой и скользкой дороге.

3.5. *Безопасное поведение на природе*

Когда четвероногие друзья опасны. Правила поведения при встрече с животными (кошки, собаки, лошади, коровы) и насекомыми (пчелы, осы). Меры защиты от них.

Безопасное поведение во время дождя, града и грозы.

3.6. *Безопасное поведение на воде.*

Безопасное поведение на водоемах. Чем опасны водоёмы зимой. Меры предосторожности при движении по льду водоёмов.

Если лёд провалился.

#### **IV. *Защита человека в чрезвычайных ситуациях.***

Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Сигнал «Внимание всем!».

Стихийные бедствия: тайфуны, ураганы, бури (штормы), смерчи. Их последствия, мероприятия по защите.

#### **V. *Подготовка к активному отдыху на природе***

Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.

У природы нет плохой погоды. Безопасность при любой погоде.

Снаряжение туристов и уход за ним. Порядок движения по маршруту. Мы и животные. Защита от змей.

Ядовитые растения и ягоды.

#### **VI. *Охранять природу - значит охранять здоровье.***

Воздух и здоровье человека. Чистый и загрязнённый воздух. Что нужно сделать, чтобы воздух был чистым.

### **3-й год обучения**

#### **I. *Основы здорового образа жизни.***

1.1. *Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни».*

Пути передачи инфекционных заболеваний. Охрана здоровья зимой. Если хочешь быть здоров – закаляйся. Формы закаливания (свежий воздух, вода, босохождение).

Витамины наши друзья.



1.2. *Вредные привычки, их влияние на здоровье.*

Почему нельзя питаться чипсами и увлекаться газированной водой. Почему нельзя долго сидеть за телевизором. Всем ли хорош твой сотовый телефон. Профилактика вредных привычек.

1.3. *Значения физкультуры и спорта для здоровья человека.*

Я выбираю движение. Кто сильнее? Игры-соревнования Лепка и оформление снежных фигур. Подвижные игры. Зимние забавы.

**II. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.**

Оказание первой медицинской помощи при перегревании, тепловом и солнечном ударе. Ожоги, виды ожогов: солнечный, термический. Помощь при ожогах.

Оказание первой помощи при обморожении. Первая помощь при укусах змей.

**III. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.**

3.1. *Безопасное поведение дома.*

Соблюдение закона 15-39. Средства бытовой химии как источники опасности.

Соблюдение мер безопасности при пользовании газовыми приборами и печным отоплением. Как растопить печь. Лифт – наш домашний транспорт.

3.2. *Пожарная безопасность и поведение при пожаре.*

Пожар в общественных местах (школа, кинотеатр), причины пожаров. Правила поведения при возникновении пожара в общественных местах. Страх, навыки безопасного поведения.

3.3. *Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера.*

Чем опасна толпа. Что делать, если на улице стреляют.

Как правильно вести себя, чтобы не попасть в беду.

Как не стать жертвой мошенников.

3.4. *Безопасное поведение на улицах и дорогах*

Дорожные знаки. Движение пешеходов по дорогам. Элементы дорог, дорожная разметка. Перекрёстки. Безопасность пассажиров. Обязанности пассажиров.

Правила посадки в транспортное средство и высадки из него. Поведение при угрозе и во время аварии. Безопасная поза. Виды современного транспорта.

3.5. *Безопасное поведение на природе*

Погода и её основные показатели. Безопасное поведение во время метели и снежного заноса. Опасность снежных лавин.

3.6. *Безопасное поведение на воде.*

Правила и меры безопасности на воде в весенний период. Безопасность на тонком льду и в период весеннего паводка. Весенний ледоход.

**IV. Защита человека в чрезвычайных ситуациях.**

Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Содержание информации о чрезвычайных ситуациях.

Стихийные бедствия: извержение вулкана. Их последствия, мероприятия по защите.

Наводнения, причины наводнений. Мероприятия по защите от наводнений.

**V. Подготовка к активному отдыху на природе**

Оздоровительная роль туризма. Пешеходный туризм. Как не заблудиться в лесу.

Питьевой режим и питание туриста.

Опасные растения и грибы. Упражнения на развитие быстроты, выносливости, силы, гибкости, скоростно- силовых качеств. Как избежать перегревания и обморожения. Змеи. Защита от ядовитых змей.

**VI. *Охранять природу - значит охранять здоровье.***

Грибы - удивительное царство. Где и какие грибы встречаются в Краснодарском крае. Как правильно собирать грибы.

**4-й год обучения**

**I. *Основы здорового образа жизни.***

1.1. *Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни».*

Что такое эмоции. Наши эмоции. Какие мы похожие и разные. Управление эмоциями. Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным.

Стресс.

Как помочь больным и беспомощным. Порядок вызова скорой помощи.

1.2. *Вредные привычки, их влияние на здоровье.*

Три самые большие опасности, подстерегающие людей. Почему вредно курить. Чем вреден алкоголь. Самое страшное зло – наркотики. Профилактика вредных привычек.

1.3. *Значения физкультуры и спорта для здоровья человека.*

Спорт любить — здоровым быть! Подвижные игры. Зимние забавы.

**II. *Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.***

Причины и признаки отравлений. Пищевые отравления. Первая помощь при отравлении грибами. Первая помощь при отравлении угарным газом. Первая помощь при поражении электрическим током. Оказание первой помощи спасённому из воды. Как делать искусственное дыхание.

**III. *Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.***

3.1. *Безопасное поведение дома.*

Соблюдение закона 15-39. Опасные шалости и игрушки. Профилактика возможных опасных ситуаций в быту. Опасности, возникающие при нарушении правил поведения на окнах. Опасная высота.

Лекарства как источники опасности. Домашняя аптечка. Опасные свойства ртути.

Соблюдение мер безопасности при работе с компьютером.

3.2. *Пожарная безопасность и поведение при пожаре.*

Возникновение пожара в общественном транспорте, правила поведения. Причины лесных пожаров. Правила и меры безопасного поведения при использовании пиротехники.

3.3. *Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера.*

Терроризм, действия при его угрозе и возникновении. Правила поведения «Если вас захватили в заложники»

Правила действия при обнаружении подозрительных предметов.

3.4. *Безопасное поведение на улицах и дорогах*

Безопасность пешеходов при движении по дорогам. Соблюдение правил движения велосипедистами. Железнодорожный транспорт, безопасное поведение при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажиров. Причины дорожно – транспортного травматизма. Простейшие правила помощи пострадавшим при ДТП. Государственная инспекция безопасности дорожного движения (ГИБДД).

3.5. *Безопасное поведение на природе*

Правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений.

Температура окружающего воздуха, ее влияние на здоровье человека. Безопасное поведение во время сильного мороза. Опасность оборванных проводов.

3.6. *Безопасное поведение на воде.*

Правила и меры безопасного поведения на водоёмах в летний период. Правила купания. Место для купания. Правила поведения на пляже

Основные правила поведения при катании на лодке. Правила поведения в лодке.

Способы и средства спасения утопающих. Основные спасательные средства безопасность на льду.

#### **IV. *Защита человека в чрезвычайных ситуациях.***

Землетрясения. Их последствия, мероприятия по защите.

Лесные пожары. Действия школьников по их предупреждению.

Что такое техногенные катастрофы. Авария на производстве. Что делать при угрозе отравления ядовитыми веществами.

Катастрофы и угрозы взрыва. Аварии в воздухе и караблекрушения. Меры предосторожности в таких ситуациях. Страх, навыки безопасного поведения.

#### **V. *Подготовка к активному отдыху на природе***

Как не заблудиться. Ориентирование на местности. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу.

Не зная броду, не суйся в воду. Безопасная переправа через водную преграду.

Правила безопасности в горах. Костер. Меры пожарной безопасности при разведении костра. «Осторожно – лето!» Безопасность школьников в летний период.

Упражнения на развитие быстроты, выносливости, силы, гибкости, скоростно-силовых качеств.

#### **VI. *Охранять природу - значит охранять здоровье.***

Влияние загрязнения окружающей среды на здоровье человека. Лекарственные растения, их важнейшие свойства, правила сбора. Охрана лекарственных растений.

## 2. Предполагаемые результаты реализации программы

Ожидаемый результат обучения по данной примерной программе в наиболее общем виде может быть сформулирован как способность обучающихся правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера

### **Знания, которыми должны овладеть обучающийся:**

- ❖ от чего зависит наше здоровье. Как живет наш организм. Что такое неинфекционные заболевания, их связь с образом жизни;
- ❖ травмы, порезы, ссадины и царапины. Отравления. Их причины и признаки;
- ❖ влияние на здоровье человека температуры окружающего воздуха и погодных условий (ветер, дождь, снег). Что значит одеться по сезону, правила поведения;
- ❖ чем опасны водоемы зимой, какие меры предосторожности следует принять при движении по льду водоемов;
- ❖ правила поведения на пляже. Правила купания в оборудованных и необорудованных местах;
- ❖ правила безопасного поведения в лесу, в поле;
- ❖ возможные опасные ситуации при движении по открытой местности:
- ❖ ориентирование, правила поведения во время дождя, грозы, снегопада и др.;
- ❖ ядовитые растения, грибы, ягоды;
- ❖ правила поведения при встрече с опасными животными и насекомыми;
- ❖ какими бывают чрезвычайные ситуации.
- ❖ чрезвычайные ситуации природного происхождения. Наводнения, причины наводнений;
- ❖ как оповещают население о чрезвычайных ситуациях. Что необходимо сделать по сигналу «Внимание всем!»
- ❖ правила движения пешеходов по дорогам;
- ❖ обязанности пассажиров. Правила посадки в транспортное средство и высадки из него;
- ❖ правила поведения при возникновении пожара в общественных местах, в общественном транспорте, дома;
- ❖ меры безопасности при пользовании в быту предметами бытовой химии, электрическими и газовыми приборами, лекарственными препаратами;
- ❖ признаки отравления угарным газом, меры профилактики отравлений;
- ❖ правила обеспечения сохранности личных вещей;
- ❖ особенности поведения с незнакомыми людьми;

- ❖ как вызвать «скорую помощь»;
- ❖ оказать первую медицинскую помощь при порезах и ссадинах, ушибе, небольшом ожоге, при попадании инородного тела в глаз, ухо или нос, при укусах насекомых, собак, кошек, при кровотечении из носа;
- ❖ основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни». Режим дня, необходимые условия, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья. Как ухаживать за своим телом;
- ❖ основные виды травм у детей. Что такое первая медицинская помощь (на примере ожога). Как уберечься от порезов и ожогов;
- ❖ источники возможной опасности и опасные ситуации, которые могут возникнуть дома;
- ❖ опасные ситуации, которые могут возникнуть при контактах с незнакомыми людьми;
- ❖ чистый воздух, его значение для здоровья человека, причины загрязнения воздуха;
- ❖ правила безопасного поведения в парках, скверах, понятие об ориентировке на местности;

### **Показатели сформированности метапредметных результатов.**

#### **Личностные**

##### ***Самоопределение:***

- ❖ самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;
- ❖ экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;
- ❖ осознание ответственности человека за общее благополучие,
- ❖ гуманистическое сознание,
- ❖ социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам,
- ❖ начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире.

##### **Смыслообразование:**

- ❖ целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий,
- ❖ эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им.

##### **Нравственно-этическая ориентация:**

- ❖ навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций,
- ❖ этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость.

### **Познавательные УУД**

#### **Общеучебные:**

- ❖ использовать общие приёмы решения задач;
- ❖ выбирать наиболее эффективные способы решения задач;
- ❖ контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;
- ❖ ставить и формулировать проблемы;
- ❖ самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.
- ❖ осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера;
- ❖ узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов.

#### **Знаково-символические:**

- ❖ использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы для решения задач;

#### **Информационные:**

- ❖ поиск и выделение необходимой информации из различных источников в разных формах (текст, рисунок, таблица, диаграмма, схема);
- ❖ обработка информации
- ❖ анализ информации;
- ❖ передача информации (устным, письменным, цифровым способами);
- ❖ оценка информации (критическая оценка, оценка достоверности).

#### **Логические:**

- ❖ подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков;
- ❖ синтез;
- ❖ сравнение,
- ❖ классификация по заданным критериям;
- ❖ установление аналогий;
- ❖ установление причинно-следственных связей;
- ❖ построение рассуждения;

- ❖ обобщение.

#### **Оценка:**

- ❖ выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить, определять качество и уровня усвоения;
- ❖ устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели;

#### **Саморегуляция:**

- ❖ активизация сил и энергии, к волевому усилию в ситуации мотивационного конфликта;

#### **Коммуникативные УУД**

##### **Инициативное сотрудничество:**

- ❖ проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач,
- ❖ ставить вопросы,
- ❖ обращаться за помощью,
- ❖ формулировать свои затруднения;
- ❖ предлагать помощь и сотрудничество;

##### **Планирование учебного сотрудничества:**

- ❖ определять цели, функции участников, способы взаимодействия;
- ❖ договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- ❖ задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;

##### **Взаимодействие:**

- ❖ формулировать собственное мнение и позицию;
- ❖ задавать вопросы;
- ❖ строить понятные для партнёра высказывания;
- ❖ строить монологичное высказывание;
- ❖ вести устный и письменный диалог в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка;
- ❖ слушать собеседника;

##### **Управление коммуникацией:**

- ❖ определять общую цель и пути ее достижения;
- ❖ осуществлять взаимный контроль,
- ❖ адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих,
- ❖ оказывать в сотрудничестве взаимопомощь;

- ❖ аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности,

### **Регулятивные УУД**

#### **Целеполагание:**

- ❖ формулировать и удерживать учебную задачу,
- ❖ преобразовывать практическую задачу в познавательную,

#### **Планирование:**

- ❖ применять установленные правила в планировании способа решения;
- ❖ выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации,
- ❖ составлять план и последовательность действий;
- ❖ адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;

#### **Планирование:**

- ❖ применять установленные правила в планировании способа решения;
- ❖ выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации,
- ❖ составлять план и последовательность действий;
- ❖ адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;

#### **Учебные действия:**

- ❖ выполнять учебные действия в материализованной, гипермедийной, громкоречевой и умственной формах.
- ❖ использовать речь для регуляции своего действия;

#### **Прогнозирование:**

- ❖ предвосхищать результат;

#### **Контроль:**

- ❖ сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.
- ❖ использовать установленные правила в контроле способа решения;

#### **Коррекция:**

- ❖ адекватно воспринимать предложения учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок.

### **3. Формы контроля**

Основные результаты социального направления учащихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур: анонимные анкеты, позволяющие анализировать (не



оценивать) ценностную сферу личности; различные тестовые инструменты, созданные с учетом возраста; самооценочные суждения детей; соревнования, сообщения.

## Тематический план программы

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего	Количество часов							
			2 класс	3 класс					4 класс	
			Внеаудиторные	Аудиторные	Внеаудиторные	Аудиторные	Внеаудиторные	Аудиторные	Внеаудиторные	
<b>I.</b>	<b>Основы здорового образа жизни.</b>	<b>94</b>	<b>15</b>	<b>7</b>	<b>13</b>	<b>7</b>	<b>21</b>	<b>6</b>	<b>17</b>	
1.1.	<i>Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни».</i>	29	4	4	2	3	8	2	2	
1.2.	<i>Вредные привычки, их влияние на здоровье.</i>	17	1	2	1	2	1	3	5	
1.3.	<i>Значения физкультуры и спорта для здоровья человека.</i>	48	10	1	10	2	12	1	10	
<b>II.</b>	<b>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.</b>	<b>19</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	
<b>III.</b>	<b>Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.</b>	<b>87</b>	<b>9</b>	<b>15</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	<b>3</b>	
3.1.	<i>Безопасное поведение дома.</i>	14,5	1,5	3		3	0,5	3	0,5	
3.2.	<i>Пожарная безопасность и</i>	17	1,5	3	2,5	3	1,5	3	0,5	



1-й год обучения

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часов	Аудиторные	Внеаудиторные
<b>I.</b>	<b>Основы здорового образа жизни.</b>	<b>24</b>	<b>8</b>	<b>15</b>
1.1.	<b>Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни».</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
	Здоровье и здоровый образ жизни. От чего зависит наше здоровье.		1	
	Личная гигиена. Болезнь грязных рук.		1	
	Режим дня. Профилактика переутомления.		1	
	Температура окружающего воздуха, ее влияние на здоровье человека. Одежда по сезону.		1	
	Прогулка «Одежда по сезону»			1
	Праздник «Растем здоровыми»			3
1.2.	<b>Вредные привычки, их влияние на здоровье.</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
	Полезные и вредные привычки. Вредные привычки: грызть ногти и кончик ручки, сосать палец и плевать. Привычка – лень и неряшливость.		1	
	Привычка – занятие спортом, соблюдение режима дня.		1	
	Конкурс – игра «Хорошо – плохо»			1
1.3.	<b>Значения физкультуры и спорта для здоровья человека.</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>
	Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности.		1	
	Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями.		1	
	Подвижные игры. Зимние забавы.			6
	Спортивные соревнования.			4
<b>II.</b>	<b>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>
	Основные виды травм у детей младшего школьного возраста. Как избежать травмоопасных ситуаций.		1	
	Оказание первой медицинской помощи при царапинах, порезах, ссадинах и занозах.		1	
	Сюжетно- ролевые игры. Первая медицинская помощь при порезах и царапинах.			1
	Первая помощь при укусах насекомых.		1	
<b>III.</b>	<b>Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.</b>	<b>25</b>	<b>16</b>	<b>9</b>
3.1.	<b>Безопасное поведение дома.</b>	<b>4,5</b>	<b>3</b>	<b>1,5</b>
	Возможные опасности и опасные ситуации,		1	

	которые могут возникнуть дома. Как вести себя, когда ты дома один. Соблюдение закона 15-39.			
	Опасности, возникающие при нарушении правил поведения на лестничных клетках.		1	
	Меры безопасности при обращении с острыми, колющими, режущими предметами.		1	
	Викторина «Как вести себя, когда ты дома один»			1
	Просмотр видеофильма.			0,5
3.2.	<b><i>Пожарная безопасность и поведение при пожаре.</i></b>	<b>3,5</b>	<b>2</b>	<b>1,5</b>
	Огонь и человек. Причины пожара. Как вести себя при пожаре. Дым и его опасность.		1	
	Пожарная безопасность на территории школы. Эвакуация из помещения при пожаре.		1	
	Просмотр видеофильма.			0,5
	Сюжетно – ролевая игра. Действия при возникновении пожара в школе.			1
3.3.	<b><i>Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера.</i></b>	<b>3,5</b>	<b>3</b>	<b>0,5</b>
	Где можно и где нельзя играть. Если ты потерялся. Твои координаты.		1	
	Правила безопасного общения с незнакомыми людьми на улице, в подъезде дома, в ожидании лифта.		1	
	Правила безопасного общения с незнакомыми людьми когда взрослых нет дома.		1	
	Просмотр видеофильма.			0,5
3.4.	<b><i>Безопасное поведение на улицах и дорогах.</i></b>	<b>8,5</b>	<b>4</b>	<b>4,5</b>
	Улицы поселка. Наиболее безопасный путь в школу и домой.		1	
	Дорога. Тротуар как часть дороги. Правила движения по тротуару.		1	
	Движение пешеходов по улицам и дорогам. Правила перехода дорог. Дорожные знаки для пешеходов.		1	
	Мы - пассажиры, обязанности пассажиров.		1	
	Просмотр видеофильма.			0,5
	Прогулка «Движение пешеходов по тротуару и дороге»			1
	Праздник «Правила дорожные знать каждому положено»			3
3.5.	<b><i>Безопасное поведение на природе</i></b>	<b>2,5</b>	<b>2</b>	<b>0,5</b>
	Опасные погодные условия: дождь, гроза.		1	
	Опасные погодные условия: снегопад, гололед. Безопасное поведение во время		1	

	гололёда и гололедице. Снег на крышах зданий.			
	Просмотр видеофильма.			0,5
3.6.	<b>Безопасное поведение на воде.</b>	<b>2,5</b>	<b>2</b>	<b>0,5</b>
	Водоёмы. Состояние водоёмов в различное время года.		1	
	Правила и меры безопасного поведения на воде в осенний период. Период ледостава.		1	
	Просмотр видеофильма.			0,5
IV.	<b>Защита человека в чрезвычайных ситуациях.</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>
	Общие понятия опасности и чрезвычайной ситуации. Службы экстренной помощи.		1	
	Чрезвычайные ситуации природного происхождения – стихийные бедствия. Примеры стихийных бедствий: снегопады, метели. Их последствия, мероприятия по защите.		1	
	Опасность оползней. Опасность селей. Правила поведения при оползнях и селях.		1	
	Просмотр видеофильма.			1
	Экскурсия «Оползневые зоны в моем поселке»			2
V.	<b>Подготовка к активному отдыху на природе</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
	Природа и человек. Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему.		1	
	Правила поведения юных туристов. Какие опасные животные могут испортить нам отдых на природе. Защита от насекомых и клещей. Как удалить клеща.		1	
	День здоровья. Поход выходного дня.			3
VI.	<b>Охранять природу - значит охранять здоровье.</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
	Природа - источник сил, вдохновения и оздоровления. Вода - это жизнь. Вода горной реки.		1	
	Природные родники и их охрана.			
	День здоровья. Поход выходного дня.			2
	<b>Итого</b>	<b>66</b>	<b>33</b>	<b>33</b>

2-й год обучения

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часов	Аудиторные	Внеаудиторные
<b>I.</b>	<b>Основы здорового образа жизни.</b>	<b>20</b>		
1.1.	<b>Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни».</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>
	Болезни и их возможные причины. Простудные заболевания.		1	
	Прогулка «Как не простудиться»			1
	Профилактические прививки.		1	
	Чем важен сон. Как сделать сон полезным.		1	
	О вкусной и полезной пище.		1	
	Викторина «Приятного аппетита»			1
1.2.	<b>Вредные привычки, их влияние на здоровье.</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Употребление слов, засоряющих нашу речь, вранье и оскорбление товарищей.		1	
	Конкурс – игра «Хорошо – плохо»			1
	Привычка – здоровое питание.		1	
1.3.	<b>Значения физкультуры и спорта для здоровья человека.</b>	<b>11</b>	<b>1</b>	<b>10</b>
	Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.		1	
	Подвижные игры. Зимние забавы.			6
	Спортивные соревнования.			5
<b>II.</b>	<b>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>1</b>
	Как избежать травмоопасных ситуаций. Первая медицинская помощь при ушибах.		1	
	Сюжетно- ролевые игры. Первая медицинская помощь при ушибах.			1
	Первая медицинская помощь при попадании инородных тел в глаза, уши, нос.		1	
	Кровотечение из носа.		1	
	Первая помощь при укусах собак и кошек.		1	
	Просмотр видеofilmа.			0,5
<b>III.</b>	<b>Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.</b>	<b>26</b>		
3.1.	<b>Безопасное поведение дома.</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	
	Электричество как источник возможной опасности. Меры безопасности при пользовании электрическими приборами.		1	
	Газ как источник возможной опасности.		1	

	Правила обращения с газовыми приборами.			
	Опасности, возникающие при нарушении правил поведения на балконах.		1	
	Просмотр видеофильма. Соблюдение закона 15-39.			0,5
3.2.	<b>Пожарная безопасность и поведение при пожаре.</b>	5,5	3	2,5
	Правила безопасного поведения при возникновении пожара в доме.		1	
	Пожар на кухне и балконе.		1	
	Профессия пожарного. Пожарная часть.		1	
	Экскурсия в пожарную часть.			1
	Сюжетно – ролевая игра. Действия при возникновении пожара в школе.			1
	Просмотр видеофильма.			0,5
3.3.	<b>Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера.</b>	3,5	2	1,5
	Правила обеспечения сохранности личных вещей. Охрана своего дома.		1	
	Безопасность на улице. Как правильно вести себя, чтобы не попасть в беду.		1	
	Сюжетно – ролевая игра. Взаимодействие учащихся со сверстниками, старшими школьниками.			1
	Просмотр видеофильма.			0,5
3.4.	<b>Безопасное поведение на улицах и дорогах.</b>	8,5	4	4,5
	Правила пользования общественным транспортом. Автобусные остановки.		1	
	Прогулка «Остановки транспортного средства»			1
	Правила поведения на посадочной площадке, посадки и высадки пассажиров. Правила перехода улиц и дорог при выходе из транспортных средств.		1	
	Правила перехода улиц. Сигналы светофора . дорожные знаки.		1	
	Прогулка «Улицы моего поселка. Дорожные знаки»			1
	Особенности движения по мокрой и скользкой дороге.		1	
	Викторина «У дорожных знаков каникул нет»			1
3.5.	<b>Безопасное поведение на природе</b>	3,5	2	1,5
	Правила поведения при встрече с животными и насекомыми . Меры защиты от них.		1	
	Экскурсия «Что мы знаем о собаках и кошках»			1
	Безопасное поведение во время дождя, града и грозы.		1	
	Просмотр видеофильма.			0,5



3.6.	<b>Безопасное поведение на воде.</b>	<b>1,5</b>	<b>1</b>	<b>0,5</b>
	Безопасное поведение на водоемах. Чем опасны водоёмы зимой		1	
	Просмотр видеофильма.			0,5
IV.	<b>Защита человека в чрезвычайных ситуациях.</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
	Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Сигнал «Внимание всем!».		1	
	Стихийные бедствия: тайфуны, ураганы, бури (штормы), смерчи. Их последствия, мероприятия по защите.		1	
	Просмотр видеофильма.			1
V.	<b>Подготовка к активному отдыху на природе</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Безопасность при любой погоде.		1	
	Снаряжение туристов и уход за ним. Порядок движения по маршруту.		1	
	День здоровья. Поход выходного дня.			3
	Мы и животные. Защита от змей.		1	
	Опасности, подстерегающие в лесу. Ядовитые растения и ягоды.		1	
	Экскурсия. Опасности, подстерегающие в лесу.			2
VI.	<b>Охранять природу - значит охранять здоровье.</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
	Воздух и здоровье человека. Чистый и загрязнённый воздух.		1	
	Что нужно сделать, чтобы воздух был чистым.		1	
	Прогулка «Воздух и здоровье человека»			1
	День здоровья. Поход выходного дня.			3
	<b>Итого</b>		<b>34</b>	<b>34</b>

3-й год обучения

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часов	Аудиторные	Внеаудиторные
<b>I.</b>	<b>Основы здорового образа жизни.</b>		<b>7</b>	<b>21</b>
1.1.	<b>Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни».</b>		<b>3</b>	<b>8</b>
	Пути передачи инфекционных заболеваний. Охрана здоровья зимой.		1	
	Если хочешь быть здоров – закаляйся. Формы закаливания (свежий воздух, вода, босохождение).		1	
	Витамины наши друзья.		1	
	Прогулка на свежем воздухе «Вместе весело шагать»			1
	День здоровья. Поход выходного дня			3
	Праздник «Сам себе я помогу и здоровье сберегу».			4
1.2.	<b>Вредные привычки, их влияние на здоровье.</b>		<b>2</b>	<b>1</b>
	Почему нельзя питаться чипсами и увлекаться газированной водой.		1	
	Почему нельзя долго сидеть за телевизором. Всем ли хорош твой сотовый телефон. Профилактика вредных привычек.		1	
	Устный журнал Здоровье сгубишь – новое не купишь.			1
1.3.	<b>Значения физкультуры и спорта для здоровья человека.</b>		<b>2</b>	<b>12</b>
	Я выбираю движение. Кто сильнее?		1	
	Подвижные игры. Зимние забавы.			6
	Спортивные соревнования.			4
	День здоровья. Поход выходного дня.			3
<b>II.</b>	<b>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.</b>		<b>4</b>	<b>2</b>

	Оказание первой медицинской помощи при перегревании, тепловом и солнечном ударе.		1	
	Ожоги, виды ожогов: солнечный, термический. Помощь при ожогах.		1	
	Оказание первой помощи при обморожении.		1	
	Первая помощь при укусах змей.		1	
	Сюжетно- ролевые игры. Первая медицинская помощь при солнечном ударе.			1
	Сюжетно- ролевые игры. Первая медицинская помощь при ожоге.			1
<b>III.</b>	<b>Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.</b>		<b>14</b>	<b>4</b>
3.1.	<b><i>Безопасное поведение дома.</i></b>		<b>3</b>	<b>0,5</b>
	Средства бытовой химии как источники опасности.		1	
	Соблюдение мер безопасности при пользовании газовыми приборами и печным отоплением. Как растопить печку.		1	
	Лифт – наш домашний транспорт.		1	
	Просмотр видеофильма. Соблюдение закона 15-39.			0,5
3.2.	<b><i>Пожарная безопасность и поведение при пожаре.</i></b>		<b>3</b>	<b>1,5</b>
	Пожар в общественных местах (школа, кинотеатр), причины пожаров		1	
	Правила поведения при возникновении пожара в общественных местах.		1	
	Страх, навыки безопасного поведения.		1	
	Просмотр видеофильма.			0,5
	Викторина «Огонь – друг, огонь – враг»			1
3.3.	<b><i>Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера.</i></b>		<b>3</b>	<b>0,5</b>
	Чем опасна толпа. Что делать, если на улице стреляют.		1	
	Как правильно вести себя, чтобы не попасть в беду.		1	
	Как не стать жертвой мошенников.		1	
	Просмотр видеофильма.			0,5
3.4.	<b><i>Безопасное поведение на улицах и дорогах.</i></b>		<b>3</b>	<b>0,5</b>
	Виды современного транспорта. Дорожные знаки. Движение пешеходов по дорогам. Элементы дорог, дорожная разметка.		1	
	Безопасность пассажиров. Обязанности пассажиров. Правила посадки в транспортное средство и высадки из него.		1	
	Поведение при угрозе и во время аварии. Безопасная поза.		1	
	Просмотр видеофильма.			0,5
3.5.	<b><i>Безопасное поведение на природе</i></b>		<b>1</b>	<b>0,5</b>

	Погода и её основные показатели. Безопасное поведение во время метели и снежного заноса. Опасность снежных лавин.		1	
	Просмотр видеофильма.			0,5
3.6.	<b>Безопасное поведение на воде.</b>		<b>1</b>	<b>0,5</b>
	Правила и меры безопасности на воде в весенний период. Безопасность на тонком льду и в период весеннего паводка. Весенний ледоход.		1	
	Просмотр видеофильма.			0,5
IV.	<b>Защита человека в чрезвычайных ситуациях.</b>		<b>3</b>	<b>1</b>
	Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Содержание информации о чрезвычайных ситуациях.		1	
	Стихийные бедствия: извержение вулкана. Их последствия, мероприятия по защите.		1	
	Наводнения, причины наводнений. Мероприятия по защите от наводнений.		1	
	Просмотр видеофильма.			1
V.	<b>Подготовка к активному отдыху на природе</b>		<b>4</b>	<b>3</b>
	Оздоровительная роль туризма. Пешеходный туризм.		1	
	Питьевой режим и питание туриста. Опасные растения и грибы .		1	
	Как избежать перегревания и обморожения.		1	
	Змеи. Защита от ядовитых змей.		1	
	День здоровья. Поход выходного дня			3
VI.	<b>Охранять природу - значит охранять здоровье.</b>		<b>2</b>	<b>3</b>
	Грибы -удивительное царство. Как правильно собирать грибы.		1	
	Где и какие грибы встречаются в Краснодарском крае.		1	
	День здоровья. Поход выходного дня			3
	<b>Итого</b>		<b>34</b>	<b>34</b>

4-й год обучения

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часов	Аудиторные	Внеаудиторные
<b>I.</b>	<b>Основы здорового образа жизни.</b>		<b>6</b>	<b>17</b>
1.1.	<b>Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни».</b>		<b>2</b>	<b>2</b>
	Что такое эмоции. Наши эмоции. Какие мы похожие и разные. Управление эмоциями. Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным. Стресс.		1	
	Как помочь больным и беспомощным. Порядок вызова скорой помощи.		1	
	Устный журнал «Посеешь привычку – пожнешь характер.»			1
	Игра «Секреты здоровья»			1
1.2.	<b>Вредные привычки, их влияние на</b>		<b>3</b>	<b>5</b>

	<b>здоровье.</b>			
	Три самые большие опасности, подстерегающие людей. Почему вредно курить.		1	
	Чем вреден алкоголь.		1	
	Самое страшное зло – наркотики. Профилактика вредных привычек.		1	
	Праздник «Почему вредной привычке ты скажешь нет?»			4
	Просмотр видеофильма.			1
1.3.	<b>Значения физкультуры и спорта для здоровья человека.</b>		<b>1</b>	<b>10</b>
	Спорт любить — здоровым быть! Виды спорта.		1	
	Подвижные игры. Зимние забавы.			
	Спортивные соревнования.			
<b>II.</b>	<b>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.</b>		<b>3</b>	<b>1</b>
	Причины и признаки отравлений. Пищевые отравления. Первая помощь при отравлении грибами и угарным газом.		1	
	Первая помощь при поражении электрическим током.		1	
	Оказание первой помощи спасённому из воды. Как делать искусственное дыхание.		1	
	Просмотр видеофильма.			1
<b>III.</b>	<b>Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.</b>		<b>16</b>	<b>3</b>
3.1.	<b>Безопасное поведение дома.</b>		<b>3</b>	<b>0,5</b>
	Опасные шалости и игрушки. Профилактика возможных опасных ситуаций в быту. Соблюдение мер безопасности при работе с компьютером.		1	
	Опасная высота. Опасности, возникающие при нарушении правил поведения на окнах.		1	
	Лекарства как источники опасности. Домашняя аптечка. Опасные свойства ртути.		1	
	Просмотр видеофильма. Соблюдение закона 15-39.			0,5
3.2.	<b>Пожарная безопасность и поведение при пожаре.</b>		<b>3</b>	<b>0,5</b>
	Возникновение пожара в общественном транспорте, правила поведения.		1	
	Причины лесных пожаров.		1	
	Правила и меры безопасного поведения при использовании пиротехники.		1	
	Просмотр видеофильма.			0,5
	Просмотр видеофильма.			
3.3.	<b>Безопасное поведение в ситуациях</b>		<b>2</b>	<b>0,5</b>

	<b><i>криминогенного характера.</i></b>			
	Терроризм, действия при его угрозе и возникновении. Правила поведения «Если вас захватили в заложники»		1	
	Правила действия при обнаружении подозрительных предметов.		1	
	Просмотр видеофильма.			0,5
3.4.	<b><i>Безопасное поведение на улицах и дорогах.</i></b>		<b>3</b>	<b>0,5</b>
	Соблюдение правил движения велосипедистами.		1	
	Железнодорожный транспорт, безопасное поведение при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажиров.		1	
	Причины дорожно – транспортного травматизма. Простейшие правила помощи пострадавшим при ДТП. Государственная инспекция безопасности дорожного движения (ГИБДД).		1	
	Просмотр видеофильма.			0,5
3.5.	<b><i>Безопасное поведение на природе</i></b>		<b>2</b>	<b>0,5</b>
	Правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений. Температура окружающего воздуха, ее влияние на здоровье человека. Безопасное поведение во время сильного мороза.		1	
	Опасность оборванных проводов.		1	
	Просмотр видеофильма.			0,5
3.6.	<b><i>Безопасное поведение на воде.</i></b>		<b>3</b>	<b>0,5</b>
	Правила и меры безопасного поведения на водоёмах в летний период. Правила купания. Место для купания. Правила поведения на пляже.		1	
	Основные правила поведения при катании на лодке. Правила поведения в лодке. Способы и средства спасения утопающих.		1	
	Основные спасательные средства безопасность на льду.		1	
	Просмотр видеофильма.			0,5
IV.	<b><i>Защита человека в чрезвычайных ситуациях.</i></b>		<b>4</b>	<b>1</b>
	Землетрясения. Их последствия, мероприятия по защите.		1	
	Лесные пожары. Действия школьников по их предупреждению.		1	
	Что такое техногенные катастрофы. Авария на производстве. Что делать при угрозе отравления ядовитыми веществами. Катастрофы и угрозы взрыва.		1	
	Аварии в воздухе и караблекрушения. Меры предосторожности в таких ситуациях.		1	

	Страх, навыки безопасного поведения.			
	Просмотр видеофильма.			0,5
V.	<b>Подготовка к активному отдыху на природе</b>		<b>4</b>	<b>6</b>
	Как не заблудиться. Ориентирование на местности. Определение сторон горизонта по компасу, солнцу.		1	
	Не зная броду, не суйся в воду. Безопасная переправа через водную преграду.		1	
	Правила безопасности в горах. Костер. Меры пожарной безопасности при разведении костра.		1	
	«Осторожно – лето!» Безопасность школьников в летний период.		1	
	День здоровья. Поход выходного дня.			3
	Проектная работа «Безопасность школьников в летний период.»			3
VI.	<b>Охранять природу - значит охранять здоровье.</b>		<b>1</b>	<b>6</b>
	Влияние загрязнения окружающей среды на здоровье человека . Лекарственные растения, их важнейшие свойства, правила сбора. Охрана лекарственных растений.		1	
	Проектная работа «Влияние загрязнения окружающей среды на здоровье человека .»			3
	День здоровья. Поход выходного дня.			3
	<b>Итого</b>		<b>34</b>	<b>34</b>

**Описание учебно – методического и материально – технического обеспечения курса  
внеурочной деятельности.**

**Методическое обеспечение программы.**

- ❖ Таблицы
- ❖ Электронная презентация
- ❖ Картинки
- ❖ Схемы
- ❖ Газетный материал
- ❖ Карточки со словами
- ❖ Дорожные знаки
- ❖ Рисунки с ситуативными задачами
- ❖ Плакаты



- ❖ Рисунки костров
- ❖ Аптечка, бинты
- ❖ Средства индивидуальной защиты органов дыхания
- ❖ Компасы, рисунки, карты, план местности
- ❖ Рисунки животных, пчелы, змеи, клещи, насекомые

### **Список литературы:**

- ❖ Формирование здорового образа жизни у младших школьников. Классные часы, тематические мероприятия, игры/ авт.-сост. М. А. Павлова. – Волгоград: Учитель, 2009.
- ❖ Школа докторов Природы или 135 уроков Здоровья: 1-4 класс. – М.:ВАКОЮ. 2004.
- ❖ Олимпийские старты. 1-11 классы. Спортивно-оздоровительная деятельность / авт.-сост. Е. П. Колганова. – Волгоград: Учитель, 2013.
- ❖ Шинкарчук С. А. Правила безопасности дома и на улице. – СПб: Издательский дом «Литера», 2008.
- ❖ Ганул Е. А. Правила поведения на природе. – СПб: Издательский дом «Литера», 2010.
- ❖ Селиванова М. С. Правила поведения в школе. – СПб: Издательский дом «Литера», 2011.
- ❖ Соколова О. В. Правила поведения в опасных ситуациях. – СПб: Издательский дом «Литера», 2010.
- ❖ Шинкарчук С. А. Правила пожарной безопасности. – СПб: Издательский дом «Литера», 2011.
- ❖ Элькин Г. Н. Правила безопасного поведения на дороге. – СПб: Издательский дом «Литера»
- ❖ Крутецкая В. А. Правила здоровья и оказание первой помощи. – СПб: Издательский дом «Литера»
- ❖ Бэскинд Э. «Энциклопедия личной безопасности»
- ❖ «Я познаю мир». Детская энциклопедия
- ❖ Вульф Л. «Жив и здоров: полное руководство по оказанию ПП детям и подросткам»
- ❖ Смирнов А. Т. «Методические материалы по курсу ОБЖ.»
- ❖ Видеофильм «Грозные силы природы»
- ❖ Зайцев А. П. «Стихийные бедствия, аварии и катастрофы»
- ❖ Муранов А. П. «Волшебный и грозный мир природы»
- ❖ Гущо Ю «Введение в энциклопедию здоровья и долголетия»

- ❖ Смирнов А. Т. «Основы безопасности жизнедеятельности:
- ❖ поурочные разработки/А. Т Смирнов, Б. О.Хренников, под ред. А. Т. Смирнова.  
-М: Просвещение
- ❖ ОБЖ. Школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками /авт-  
сост. Г. П.Попова. Волгоград: Учитель
- ❖ ОБЖ тесты: к учебнику И. К. Топорова /С. С.Соловьев М.: Изд-во «Экзамен»
- ❖ Энциклопедия для детей. Дополнительный том. Личная безопасность. Меры  
предосторожности в повседневной жизни. Поведение в экстремальных  
ситуациях /Глав. Ред. В. А. Володин. – М: Аванта +
- ❖ Ильин А. А. Большая энциклопедия выживания. – М.: Изд – во Эксмо
- ❖ Конкурсы, викторины, праздники по правилам дорожного движения для  
дошкольников /Н. В. Ковалева – Изд. 3 – е – Ростов н/Д.: Феникс
- ❖ Пожарная безопасность в начальной школе: конспекты занятий и классных часов  
/сост. О. В. Павлова, Г. П. Попова, Г. Н. Шевченко. – Волгоград: Учитель.
- ❖ Профилактика детского дорожно – транспортного травматизма в начальной и  
средней школе: уроки, классные часы, внеклассные мероприятия, занятия с  
родителями / авт. – сост. В. В. Шумилова, Е. Ф. Таркова. – Волгоград: Учитель
- ❖ Карповца Е. В., Малегон А. В. Игровые классные часы: Основы безопасности  
жизнедеятельности. Учебное пособие. – М.: Центр педагогического образования