

Администрация городского округа Сокольский

Центр образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка Роста»  
филиала Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
Сокольской средней школы «Мурзинская средняя школа»

**ПРИНЯТО:**

на педсовете протокол № 1 от  
30.08.2023 г.

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор МБОУ Сокольской СШ:  
Чернова А. А./



ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«Школа безопасности»**

**Социально-гуманитарная направленность**

Возраст обучающихся: 12-15 лет.

Срок реализации 1 год.

Составитель:

Кулигина В. Н.,

педагог дополнительного образования

## 1.1 Пояснительная записка

Программа «Школа безопасности» разработана в соответствии с требованиями нормативных документов:

ФЗ РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

Указ Президента РФ от 7.05.2012 г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»

Концепция развития дополнительного образования детей, утверждена распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р

Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844)

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015

Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

**Актуальность и новизна программы обусловлена необходимостью формировать базовый уровень культуры безопасности жизнедеятельности, выработке умений распознавать угрозы, избегать опасности, нейтрализовать конфликтные ситуации, решать сложные вопросы социального характера,**

грамотно вести себя в чрезвычайных ситуациях. Программа направлена на формирование поведенческих навыков, обеспечивающих защиту жизни и здоровья обучающегося, формированию необходимых для этого волевых и морально-нравственных качеств, предоставляет широкие возможности для эффективной социализации, необходимой для успешной адаптации к современной техно-социальной и информационной среде, способствует проведению превентивных мероприятий в сфере безопасности.

Обучение по программе способствуют формированию у обучающихся сознательного и ответственного отношения к собственному здоровью, к личной безопасности и безопасности окружающих, приобретению навыков сохранения жизни и здоровья в повседневной жизни и в опасных условиях. Программа направлена на воспитание у обучающихся таких качеств, как дисциплинированность, внимательность, собранность, ответственность, осторожность, уверенность, поскольку отсутствие именно этих качеств становится причиной трагических происшествий.

### **Отличительные особенности программы**

Программа является многоуровневой, модульной. Уровни отличаются сложностью разрабатываемых проектов.

### **Адресат программы**

Программа ориентирована на обучающихся возрастной категории 10-15 лет, имеющих базовый уровень владения ИКТ.

### **Объем и срок освоения программы**

Программа рассчитана на 144 академических часа.

### **Форма обучения: очная**

### **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Программа «Школа безопасности» проводится в течение учебного года в объеме 4 часа в неделю.

## 1.2 Цели и задачи программы

**Цель:** развитие у школьников компетенций, обеспечивающих осознанного выполнения детьми и подростками правил поведения, обеспечивающих сохранность их жизни и здоровья в современных условиях улицы, природы, быта.

**Задачи:**

- развитие культуры безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, системного и комплексного понимания значимости безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций для личности;
- формирование социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни;
- понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространенных видов опасных ситуаций различного характера;
- овладение знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приемы рационального и безопасного поведения в опасных ситуациях;
- освоение основ медицинских знаний и владение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, обморожениях, отравлениях;
- умение оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной ситуации с учетом реальных условий и возможностей;
- овладение знаниями и умениями по начальной военной подготовке;
- развитие soft-компетенций.

## 1.3 Содержание программы

### Учебный план

№	Тема	часы		
		всего	теория	практ.
п/п				
1	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	24	4	20
2	Начальная военная подготовка	36	6	30
3	Индивидуальная модель здорового образа жизни	30	8	22
4	Безопасность в повседневной жизнедеятельности	38	8	30
5	Информационная безопасность	16	4	12
	ИТОГО	144	24	84

### Содержание учебно-тематического плана

#### Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Выбор группами кейсов для работы. Анализ кейса, планирование и определение результата.

В группах изучение признаков, по которым можно определить состояние человека, причин. Практическое повторение действий при данной ситуации. Составление алгоритма действий при возникновении опасной ситуации по выбранному кейсу. Составление сценария диалогов - звонок в МЧС, родителям, скорую помощь со стационарного и мобильного телефона.

Взаимообучение на основе созданных алгоритмов. В завершении темы проводится игра по станциям. На станции предложен один из изученных кейсов. Обучающиеся должны прочитать кейс (описание состояния человека и внешних признаков), выполнить очередность действий, включая необходимые диалоги - звонок в МЧС, Скорую помощь, родителям и т.д.

Кейсы описывают следующие ситуации: оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения, наружных кровотечениях, попадания инородного тела в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, обморожении, отравлениях.

Для разных возрастов сложность описываемых ситуаций может отличаться.

## **Тема 2. Начальная военная подготовка**

Теоретические и практические занятия по НВП включают: одевание ОЗК, неполную разборку и сборку АК-74, снаряжение магазина АК-74.

Строевая подготовка: строевой шаг, одиночная строевая подготовка, повороты на месте и в движении, исполнение строевой песни, выход из строя и возвращение в строй, приветствие на месте и в движении.

Вынос флага, прикрепление к флагштоку, поднятие флага, спуск и относ флага.

Вынос знамени, представление, склонение знамени, смена знаменной группы и относ знамени.

## **Тема 3. Индивидуальная модель здорового образа жизни**

Здоровый образ жизни – активные действия, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья, которые выражены медицинским, физическим, экологическим или каким-либо другим видом активности человека.

Питание - суточная потребность человека в питательных веществах, витаминах и воде относительно конкретного возраста. Суточная норма калорий, примерное распределение калорий при пятиразовом питании. Ежедневный и недельный рацион. Составление индивидуального плана питания.

Норма физической активности человека, относительно возраста. Виды активности, способствующие гармоничному развитию и поддержанию здоровья. Составление индивидуальной программы физической активности в соответствии с интересами и особенностями здоровья. Упражнения для глаз, снятия напряжения со спины.

Микросреда человека: дом, школа и т.д. Оценка микросреды с точки зрения воздействия на здоровье человека. Рабочее и спальное место, режим проветривания.

По мере изучения темы обучающиеся заполняют “Индивидуальную модель здорового образа жизни”.

#### **Тема 4. Безопасность в повседневной жизнедеятельности** Представление

кейсов для работы проектных групп. Выбор кейсов.

Командообразование. Анализ кейса, планирование и определение результата.

Формы представления результатов работы проектных команд: леги-прототипирование объекта, пространственный прототип объекта.

Алгоритм действий при возникновении ситуации, описанной в кейсе.

Разработка прототипа объектов.

Подготовка сценария действий с применением прототипа объекта.

Подготовка речевых сценариев, в том числе звонков по стационарному и мобильному телефону, сообщений в мессенджерах.

Проведение сценария по опасным ситуациям:

- использование бытовых устройств, приборов, инструментов. Проведение сценария по опасным ситуациям использования средств бытовой химии;
- неисправность системы электроснабжения;
- пожар в доме/квартире;
- утечка газа;
- на воде, само- и взаимопомощь на воде.

Соблюдение правил безопасного поведения в туристических походах.

#### **Тема 5. Информационная безопасность**

Личная безопасность - основные элементы. Проверка и корректировка личных профилей в интернет.

Цифровой след - совокупность данных, которые пользователь генерирует во время пребывания в цифровом пространстве. Пассивный и активный цифровой след.

кровообращения, наружных кровотечениях, попадания инородного тела в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, обморожении, отравлениях.

- что такое здоровый образ жизни и его компоненты;
- алгоритмы действий при возникновении опасных ситуаций: при использовании бытовых устройств, приборов, инструментов, средств бытовой химии; при неисправности системы электроснабжения; при пожаре в доме/квартире; при утечке газа; на воде, в туристических походах.
- что такое личная безопасность в сети Интернет; цифровой след; пассивный и активный цифровой след;
- основы безопасного общения в Интернет;
- жизненный цикл проекта.

Обучающиеся будут уметь:

- действовать адекватно сложившейся ситуации;
- чётко и полно сообщать через различные каналы связи о возникновении опасной ситуации взрослым, специализированным службам;
- составлять индивидуальную модель здорового образа жизни;
- оказывать само- и взаимопомощь на воде;
- создавать личных профилей в интернет с точки зрения обеспечения безопасности;
- обеспечивать защита компьютера и мобильного устройства от вредоносного воздействия;
- анализировать кейсы и выстраивать траекторию решения проблемы.



## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1 Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Кол-во часов
	<b>Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (24 часа)</b>	
1	Выбор группами кейсов для работы. Анализ кейса, планирование.	2
2	Изучение признаков, по которым можно определить состояние человека, причин. Практическое повторение действий при данной ситуации.	4
3	Составление алгоритм действий при возникновении опасной ситуации по выбранному кейсу.	4
4	Составление сценария диалогов – звонок в МЧС, родителям, скорую помощь со стационарного и мобильного телефона.	4
5	Взаимообучение на основе созданных алгоритмов.	4
6	Игра по станциям.	4
7	Игра по станциям. Подведение итогов.	2
	<b>Тема 2. Начальная военная подготовка (36 часов)</b>	
1	Одевание ОЗК.	4
2	Неполная разборка и сборка АК-74.	4
3	Снаряжение магазина АК-74.	4
4	Строевой шаг.	2
5	Повороты на месте и в движении.	2
6	Выход из строя и возвращение в строй.	2
7	Перестроения и размыкания.	2
8	Одиночная строевая подготовка.	4
9	Походный шаг. Исполнение строевой песни.	2
10	Приветствие на месте и в движении.	2
11	Вынос флага.	4
12	Вынос знамени.	4
	<b>Тема 3. Индивидуальная модель здорового образа жизни (30 часов)</b>	
1	ЗОЖ. Компоненты индивидуальной модели ЗОЖ.	4
2	Питание – суточная потребность человека в питательных веществах, витамином и воды, относительно конкретного возраста.	4

3	Суточная норма калорий, примерное распределение калорий при пятиразовом питании. Ежедневный и недельный рацион.	4
4	Составление индивидуального плана питания.	4
5	Норма физической активности человека, относительно возраста. Виды активности.	4
6	Составление индивидуальной программы физической активности в соответствии с интересами и особенностями здоровья.	4
7	Микросреда человека: дом, школа. Оценка микросреды с точки зрения воздействия на здоровье человека. Рабочее и спальное место.	4
8	Модель ЗОЖ.	2
	<b>Тема 4. Безопасность в повседневной жизнедеятельности (38 часов)</b>	
1	Представление кейсов для работы групп. Выбор кейсов. Командообразование.	2
2	Анализ кейса, планирование.	2
3	Алгоритм действий при возникновении ситуации, описанной в кейсе.	2
4	Разработка прототипа объекта.	2
5	Подготовка сценария действий с применением прототипа.	2
6	Подготовка речевых сценариев, звонков по стационарному, мобильному телефону, сообщений в мессенджерах.	2
7	Проведение сценария по опасным ситуациям использования бытовых устройств, приборов, инструментов.	2
8	Проведение сценария по опасным ситуациям использования средств бытовой химии.	2
9	Проведение сценария по опасным ситуациям при неисправности системы электроснабжения.	4
10	Проведение сценария поведения при пожаре в доме, квартире.	4
11	Проведение сценария по опасным ситуациям при утечке газа.	4
12	Проведение сценария по опасным ситуациям на воде.	4
13	Проведение сценария по опасным ситуациям по безопасному поведению в туристических походах.	4
14	Подведение итогов.	2
	<b>Тема 5. Информационная безопасность (16 часов)</b>	
1	Личная безопасность – из чего она складывается. Проверка и корректировка личных профилей в интернет.	4

2	Цифровой след – совокупность данных, которые пользователь генерирует во время пребывания в цифровом пространстве. Пассивный и активный цифровой след.	4
3	Основы безопасного общения в Интернет.	4
4	Защищаем компьютер и мобильные устройства от вредоносного воздейств	4

## 2.2 Условия реализации программы

### *Материально-техническое обеспечение программы:*

- персональные компьютеры с программным обеспечением, оснащенные выходом в Интернет;
- мультимедийная установка (компьютер, проектор, колонки);
- подручный материал для создания прототипов пространств;
- тренажёр-манекен для отработки сердечно-лёгочной реанимации;
- тренажёр-манекен для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей;
- набор имитаторов травм и поражений;
- шина лестничная;
- воротник шейный;
- табельные средства для оказания первой медицинской помощи; коврик для проведения сердечно-лёгочной реанимации;
- АК-74;
- магазин АК-74, 30 патронов;
- ОЗК;
- противогазы;
- флаг, знамя, перевязи, перчатки.

## 2.3 Формы аттестации

### *Формы оценки уровня достижений обучающегося*

Для контроля и самоконтроля за эффективностью обучения применяются методы:

- текущие (наблюдение, оценка промежуточных результатов);
- тематические (контрольные вопросы, промежуточные задания);
- итоговые (проект).

### ***Формы фиксации образовательных результатов***

Для фиксации образовательных результатов в рамках курса используются:

- портфолио работ учащихся;
- отзывы обучающихся по итогам занятий и итогам обучения.

### ***Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:***

- защита проектов - решение кейсов.

### ***Формы подведения итогов реализации программы***

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ выполнения обучающимися учебных заданий;
- защита проектов;
- активность обучающихся на занятиях и т.п.

## **2.4 Оценочные материалы**

### ***Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине***

Оценивание развития учащихся можно на основе следующего перечня компетенций:

- сформированность навыков безопасного поведения в различных ситуациях;
- способность чётко донести информацию о ситуации по телефону и в мессенджерах до специальных служб, родителей;
- целеполагание и планирование результата;
- проектирование и реализация жизненного цикла проекта;
- эффективная работа в командах.

## **2.5 Методические материалы**

В качестве методов обучения по программе используются наглядно-практический, исследовательские методы.

На занятиях используются различные формы организации образовательного процесса.

### **Формы организации образовательного процесса**

Индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

Формы организации учебного занятия:

- защита проектов;
- практическое занятие.

Педагогические технологии:

- технология проблемного обучения;
- технология проектной деятельности;
- ролевая игра;
- технология портфолио.

### 3. Список литературы

1. Война за данные: почему нельзя просто взять и «стереть» свой цифровой след. URL: <https://knife.media/data-laws-war/> (дата обращения: 01.11.2019).
2. Игнатова В. В. Педагогические факторы духовно-творческого становления личности в образовательном процессе: Монография. — Красноярск: СибГТУ, 2014. — 272 с.
3. Игнатова В. В., Шушерина О. А. Педагогические стратегии в контексте профессионально-культурного становления личности студента вуза // Сибирский педагогический журнал. 2004, № 1, с. 105– 113.
4. Касимов Р.А. Идеальная модель здорового образа жизни как педагогическое средство формирования здоровой личности в здоровьесберегающем образовательном пространстве // Современные проблемы науки и образования. – 2016. – № 6. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=25612> (дата обращения: 01.11.2019).
5. Слостенин В. А., Чижакова Г. И. Введение в педагогическую аксиологию: Учеб. пос. для студ. высш. пед. учеб. заведений. — М.: Изд. центр «Академия», 2013. — 192 с.
6. Тарасова Т. А., Власова Л. С. Я и мое здоровье. /Пособие./ Валеологические знания и умения детям школьного возраста. Челябинск, 2009. 96с.

