

*Приложение
к основной образовательной программе
утвержденной от 30.08.2023 № 185*

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности социального направления

«Основы комплексной безопасности»
(для учащихся кадетского класса МЧС)

(для учащихся кадетского класса МЧС)

Возраст детей, на которых рассчитана программа: 11-15 лет

г.п. Будогощь 2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательная программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Основы комплексной безопасности» составлена на основе нормативных правовых документов: Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", ФГОС ООО.

В настоящее время вопросы обеспечения безопасности стали одной из насущных потребностей каждого человека и государства.

В Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года отмечено: «В условиях глобализации процессов мирового развития, международных политических и экономических отношений, формирующих новые угрозы и риски для развития личности, общества и государства, Россия в качестве гаранта благополучного национального развития переходит к новой государственной политике в области национальной безопасности».

Подготовка подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности должна основываться на комплексном подходе к формированию у подростков современного уровня культуры безопасности, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения.

Данный курс внеурочной деятельности «Основы комплексной безопасности» 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;

антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;

отрицательное отношение учащихся к приему 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;

воспитание антитеррористического поведения и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Планируемые результаты освоения курса

Личностные:

- развитие личностных, в том числе духовно-нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от различных опасностей;

- формирование потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметные:

- умение анализировать причины возникновения опасных повседневных и природных ситуаций;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в опасных ситуациях;
- умение участвовать в обсуждении, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли.

Предметные:

- формирование установки на здоровый образ жизни;
- знание основных опасных ситуаций природного и техногенного характера;
- знание и умение применять правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций;
- умение предвидеть опасные ситуации;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- умение оказывать первую помощь пострадавшим.

Содержание курса

Раздел 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.

Пожары в жилых и общественных зданиях. Их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние человеческого фактора на причины возникновения пожаров. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом и общественном здании.

Причины дорожно-транспортного травматизма. Организация дорожного движения. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов, пассажиров, велосипедистов, водителей мопедов.

Водоёмы. Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

Криминогенные ситуации в городе. Меры личной безопасности. Профилактика возникновения криминогенной ситуации. Общие правила безопасного поведения дома. Безопасность на улице. Правила безопасного поведения в общественных местах и в толпе.

Виды террористических акций, их цели и способы осуществления. Правила поведения при угрозе террористического акта.

Загрязнение окружающей природной среды. Понятие о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ.

Раздел 2. Безопасность человека в природных условиях.

Природа и человек. Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему. Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, заготовка топлива, приготовление пищи на костре. Определение необходимого снаряжения.

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Подготовка и проведение пеших, велосипедных, водных походов. Одежда и обувь туристов. Возможные аварийные ситуации. Обеспечение безопасности туристов.

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном

существовании. Сооружение временного укрытия из подручных средств. Добывание огня, обеспечение водой и пищей. Подача сигналов бедствия. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

Раздел 3. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.

Чрезвычайные ситуации геологического, метеорологического, гидрологического, биологического происхождения. Организация защиты населения от последствий ЧС природного характера. Подготовка населения к безопасному поведению при ЧС природного характера.

Общие понятия о ЧС техногенного характера. Классификация ЧС техногенного характера по типам и видам их возникновения. Потенциально опасные объекты экономики. Безопасное поведение в различных ЧС техногенного характера.

Способы оповещения населения о ЧС техногенного характера. Эвакуация населения. Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Защитные сооружения ГО, их основное предназначение, правила поведения в защитных сооружениях. Организация защиты населения при авариях на радиационно-опасных и химических объектах.

Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС, их предназначение.

Раздел 4. Здоровый образ жизни.

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье человека. Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека. Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ. Стадии развития наркомании.

Психологическая уравновешенность, её значение в формировании системы здорового образа жизни и обеспечения личной безопасности. Качества, необходимые для повышения уровня психологической уравновешенности. Психологическая уравновешенность и умение завести друзей.

Общие понятия и определение стресса. Влияние стресса на состояние здоровья человека. Содержание общих принципов борьбы со стрессом.

Формирование личности подростка при его взаимоотношениях со сверстниками. Рост потребности общения со сверстниками, пути достижения признания среди сверстников. Возможные конфликтные ситуации, основные пути их разрешения.

Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних. Значение правового воспитания для социального развития подростка. Правонарушения, совершаемые подростками, и их основные причины. Уголовная ответственность несовершеннолетних, предусмотренная УК РФ.

Форма занятий:

Групповая работа, экскурсия, беседа, викторина, проектная деятельность.

Формы контроля усвоения знаний и умений: наблюдение, тестирование, беседа, защита проекта.

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Всего 35ч в год.

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование раздела	Всего часов
1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.	13
2	Безопасность человека в природных условиях.	7
3	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.	7
4	Здоровый образ жизни.	8
ИТОГО		35

Поурочное планирование

№ урока /Кол-во часов	Наименование раздела, темы
Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни - 13 ч	
1/1	Введение. Общая безопасность.
2/2	Пожарная безопасность. Пожары в жилых и общественных зданиях. Причины и профилактика пожаров.
3/3	Права и обязанность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности.
4/4	Игра -викторина «Чтобы не случился пожар»
5/5	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения.
6/6	Викторина по правилам дорожного движения.
7/7	Безопасное поведение в бытовых условиях
8/8	Безопасное поведение на водоёмах в различное время года.
9/9	Оказание помощи терпящим бедствие на воде.
10/10	Криминогенные ситуации и личная безопасность
11/11	Терроризм. Виды террористических акций, их цели и способы осуществления.
12/12	Правила поведения при угрозе террористического акта.
13/13	Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке.
Безопасность человека в природных условиях - 7 ч	
14/1	Ориентирование на местности. Организация бивачных работ.
15/2	Определение снаряжения для похода. Общие правила безопасности во время активного отдыха.
16/3	Проведение и подготовка пеших, велосипедных походов. Обеспечение безопасности.
17/4	Обеспечение личной безопасности на различных видах транспорта.
18/5	Автономное существование человека в природной среде. Добровольная и вынужденная автономия.
19/6	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.
20/7	Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.
Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях - 7	
21/1	Опасные чрезвычайные ситуации природного характера.
22/2	Обеспечение защиты населения от последствий ЧС природного характера.
23/3	Опасные чрезвычайные ситуации техногенного характера.
24/4	Обеспечение защиты населения от ЧС техногенного характера.
25/5	Индивидуальные и коллективные средства защиты.
26/6	Эвакуация и оповещение населения о ЧС техногенного характера.
27/7	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы.
Здоровый образ жизни - 8 ч	
28/1	Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье.
29/2	Влияние наркотиков и других психотропных веществ на здоровье человека. Профилактика употребления наркотиков и психотропных веществ.
30/3	Психологическая уравновешенность.
31/4	Стресс и его влияние на человека.
32/5	Формирование личности подростка при его взаимоотношении со

	сверстниками
33/6	Возможные конфликтные ситуации и основные пути их разрешения.
34/7	Ответственность несовершеннолетних.
35	Итоговое занятие. Защита проектов