

«ПРИНЯТО»

на заседании Педагогического
совета.
Протокол
от «18» 08 2022 г. № 8

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по УВР



/Филатова О.А./

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор



/Борьшин А.О./

Приказ № 108-Д
от «18» 08 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Моя безопасность»
Муниципального казенного
общеобразовательного учреждения
«Центр образования №24»

Среднее общее образование

Составил: Асланян О.С., учитель

Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Моя безопасность» предназначена для обучающихся 10-11 класса

Данная программа состоит из четырех разделов: мое здоровье, взаимодействие с окружающими, дорожно-транспортная безопасность, правила оказания первой помощи.

Программа направлена на сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих личности обучающегося и ориентирована на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы.

Программа внеурочной деятельности предусматривает:

- в 10 классе – 34 часа (1 час в неделю)
- в 11 классе – 34 часа (1 час в неделю).

Цель программы:

- формирование у воспитанников системы ценностных отношений к человеческой жизни;
- формирование социального опыта школьника,
- осознание необходимости уметь применять полученные знания в нестандартной ситуации;
- формирование у детей научно обоснованной системы понятий основ безопасности жизнедеятельности;

Задачи программы:

- развить у детей чувства ответственности за свое поведение;
- сформировать бережные отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- привить учащимся начальные знания, умения и навыки в области безопасности жизни;
- стимулировать самостоятельность в принятии решений и выработка умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни.

Содержание рабочей программы

10 класс

Мое здоровье (10 часов)

Понятие «здоровье ребенка», его образ жизни, в который входят следующие составляющие: питание, физическая активность, отношение к вредным привычкам, психологический микроклимат, ответственность за сохранение собственного здоровья. Правила личной гигиены, вредные привычки

Взаимодействие с окружающими (10 часов)

Понятие «нормы поведения». Чувства и эмоции. Приемы бесконфликтного общения. Интернет-безопасность и социальные сети. Угроза терроризма.

Дорожно-транспортная безопасность (7 часов)

Безопасный маршрут по дороге домой, в школу и обратно. Правила поведения при переходе проезжей части. Правила поведения в общественном транспорте. Знакомство с дорожными знаками.

Правила оказания первой помощи (8 часов)

Правила оказания первой помощи при ожогах, переломах, ушибах, кровотечениях, обморожениях. Помощь при встрече с бродячими собаками.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Целевые ориентиры результатов воспитания на уровне среднего общего образования.

Целевые ориентиры
Гражданское воспитание
Осознанно выражающий свою российскую гражданскую принадлежность (идентичность) в поликультурном, многонациональном и многоконфессиональном российском обществе, в мировом сообществе. Сознающий своё единство с народом России как источником власти и субъектом тысячелетней российской государственности, с Российским государством, ответственность за его развитие в настоящем и будущем на основе исторического просвещения, сформированного российского национального исторического сознания. Проявляющий готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство народа России и Российского государства, сохранять и защищать историческую правду. Ориентированный на активное гражданское участие на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан. Осознанно и деятельно выражающий неприятие любой дискриминации по социальным, национальным, расовым, религиозным признакам, проявлений экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности. Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (в ученическом самоуправлении, волонёрском движении, экологических, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах).
Патриотическое воспитание
Выражающий свою национальную, этническую принадлежность, приверженность к родной культуре, любовь к своему народу. Сознающий причастность к многонациональному народу Российской Федерации, Российскому Отечеству, российскую культурную идентичность. Проявляющий деятельное ценностное отношение к историческому и культурному наследию своего и других народов России, традициям, праздникам, памятникам народов, проживающих в родной стране — России. Проявляющий уважение к соотечественникам, проживающим за рубежом, поддерживающий их права, защиту их интересов в сохранении российской культурной идентичности.
Духовно-нравственное воспитание
Проявляющий приверженность традиционным духовно-нравственным ценностям, культуре народов России с учётом мировоззренческого, национального, конфессионального самоопределения. Действующий и оценивающий своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных ценностей и

норм с осознанием последствий поступков, деятельно выражающий неприятие антигуманных и асоциальных поступков, поведения, противоречащих этим ценностям.

Проявляющий уважение к жизни и достоинству каждого человека, свободе мировоззренческого выбора и самоопределения, к представителям различных этнических групп, религий народов России, их национальному достоинству и религиозным чувствам с учётом соблюдения конституционных прав и свобод всех граждан.

Понимающий и деятельно выражающий ценность межнационального, межрелигиозного согласия людей, народов в России, способный вести диалог с людьми разных национальностей, отношения к религии и религиозной принадлежности, находить общие цели и сотрудничать для их достижения.

Ориентированный на создание устойчивой семьи на основе российских традиционных семейных ценностей; понимания брака как союза мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания в семье детей; неприятия насилия в семье, ухода от родительской ответственности.

Обладающий сформированными представлениями о ценности и значении в отечественной и мировой культуре языков и литературы народов России, демонстрирующий устойчивый интерес к чтению как средству познания отечественной и мировой духовной культуры.

Эстетическое воспитание

Выражающий понимание ценности отечественного и мирового искусства, российского и мирового художественного наследия.

Проявляющий восприимчивость к разным видам искусства, понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на поведение людей, умеющий критически оценивать это влияние.

Проявляющий понимание художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения в современном обществе, значения нравственных норм, ценностей, традиций в искусстве.

Ориентированный на осознанное творческое самовыражение, реализацию творческих способностей в разных видах искусства с учётом российских традиционных духовных и нравственных ценностей, на эстетическое обустройство собственного быта.

Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия

Понимающий и выражающий в практической деятельности ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении и укреплении своего здоровья и здоровья других людей.

Соблюдающий правила личной и общественной безопасности, в том числе безопасного поведения в информационной среде.

Выражающий на практике установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность), стремление к физическому совершенствованию, соблюдающий и пропагандирующий безопасный и здоровый образ жизни.

Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе и цифровой среде, понимание их вреда для физического и психического здоровья. Демонстрирующий навыки рефлексии своего состояния (физического, эмоционального, психологического), состояния других людей с точки зрения безопасности, сознательного управления своим эмоциональным состоянием, развивающий способности адаптироваться к стрессовым ситуациям в общении, в разных коллективах, к меняющимся условиям (социальным, информационным, природным).
Трудовое воспитание
Уважающий труд, результаты труда, трудовые и профессиональные достижения своих земляков, их вклад в развитие своего поселения, края, страны, трудовые достижения российского народа. Проявляющий способность к творческому созидательному социально значимому труду в доступных по возрасту социально-трудовых ролях, в том числе предпринимательской деятельности в условиях самозанятости или наёмного труда. Участвующий в социально значимой трудовой деятельности разного вида в семье, общеобразовательной организации, своей местности, в том числе оплачиваемом труде в каникулярные периоды, с учётом соблюдения законодательства. Выражающий осознанную готовность к получению профессионального образования, к непрерывному образованию в течение жизни как условию успешной профессиональной и общественной деятельности. Понимающий специфику трудовой деятельности, регулирования трудовых отношений, самообразования и профессиональной самоподготовки в информационном высокотехнологическом обществе, готовый учиться и трудиться в современном обществе. Ориентированный на осознанный выбор сферы трудовой, профессиональной деятельности в российском обществе с учётом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, общества.
Экологическое воспитание
Демонстрирующий в поведении сформированность экологической культуры на основе понимания влияния социально-экономических процессов на природу, в том числе на глобальном уровне, ответственность за действия в природной среде. Выражающий деятельное неприятие действий, приносящих вред природе. Применяющий знания естественных и социальных наук для разумного, бережливого природопользования в быту, общественном пространстве. Имеющий и развивающий опыт экологически направленной, природоохранной, ресурсосберегающей деятельности, участвующий в его приобретении другими людьми.
Ценности научного познания
Деятельно выражающий познавательные интересы в разных предметных областях с

учётом своих интересов, способностей, достижений.

Обладающий представлением о современной научной картине мира, достижениях науки и техники, аргументированно выражающий понимание значения науки в жизни российского общества, обеспечении его безопасности, гуманитарном, социально-экономическом развитии России.

Демонстрирующий навыки критического мышления, определения достоверной научной информации и критики антинаучных представлений.

Развивающий и применяющий навыки наблюдения, накопления и систематизации фактов, осмысления опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях познания, исследовательской 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 учетом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего 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 личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении 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 ее 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 анти экстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей 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 защищённости, 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 действий 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 ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное 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 своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приёмов 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 личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- 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 необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной 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 оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей

Тематическое планирование

10 класс

№	Тема занятия	Количество часов
	Воспитательный компонент содержания программы - установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности, - побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации, - привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения. Приготовить доклад по теме: Здоровье физическое и нравственное Дискуссия, постановка проблемного вопроса: Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека Постановка проблемного вопроса: Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения. Беседа: Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения. Деловая игра: оказание первой помощи	
1	Основные правила питания растущего организма	1
2	Проблемы здоровья, связанные с неправильным питанием.	1
3	Сахар – друг или враг?	1
4	Физическая активность-залог успеха	1
5	Иммунитет	1
6	Компьютер: за и против	1
7	Профилактика употребления психоактивных и наркосодержащих веществ	1
8	Влияние наркосодержащих веществ на здоровье и социальный статус человека.	1
9	Негативные последствия алкоголизма и табакокурения	1
10	Личная гигиена	1
11	Нравственные нормы как правила поведения	1
12	Мир эмоций и чувств	1
13	Секреты хорошего настроения – приемы саморегуляции.	1
14	Приемы бесконфликтного общения	1
15	Меры личной безопасности на улице	1
16	Как не стать жертвой вербовки	1
17	Интернет-безопасность.	1

18	Социальные сети	1
19	Терроризм – угроза обществу	1
20	Правила поведения на улице	1
21	Правила поведения в общественном транспорте	1
22	Правила езды на велосипеде	1
23	Безопасный маршрут	1
24	Дорожные знаки	1
25	Я- пешеход!	1
26	Правила следования в пешей колонне	1
27	Первая помощь пострадавшему при ушибах и переломах	1
28	Первая помощь пострадавшему при ожогах	1
29	Первая помощь пострадавшему при кровотечениях	1
30	Первая помощь пострадавшему при потере сознания	1
31	Первая помощь пострадавшему при обморожениях	1
32	Если человек поперхнулся	1
33	Если на вас напала бродячая собака	1
34	Правила нахождения в лесу. Укус клещей.	1

11 класс (34 часа)

№	Тема занятия	Количество часов
	Воспитательный компонент содержания программы - установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности, - побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации, - привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения. Анализ различных схем: ознакомление с видами опасных ситуаций техногенного характера Приготовить доклад по теме: Экологическое равновесие Дискуссия, постановка проблемного вопроса: Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность. Беседа: обоснование правил поведения в природе. Деловая игра: классификация средств пожаротушения Учебный диалог: правила поведения в чрезвычайной ситуации	
	Основные виды и причины опасных ситуаций техногенного характера	
1	Чрезвычайные ситуации природного характера и поведение в случае их возникновения.	1
	Пожары и взрывы.	
2	Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах. Общие сведения о взрыве. Общие сведения о пожаре.	1
3	Пожар. Возможные причины пожара.	1
4	Меры пожарной безопасности. Правила поведения на пожаре. Использование средств пожаротушения.	1
	Аварии с выбросом опасных химических веществ	
5	Виды аварий на химически опасных объектах.	1
6	Опасные химические и аварийно химически опасные вещества, их поражающее действие на организм человека.	1
7	Причины и последствия аварий на химически опасных объектах. Защита населения от аварийно химически опасных веществ. Средства коллективной защиты и правила пользования ими. Эвакуация населения.	1
8	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и поведение в случае их возникновения. Правила безопасного поведения при авариях с выбросом АХОВ.	1
	Аварии с выбросом радиоактивных веществ	
9	Радиация вокруг нас. Виды аварий на радиационно -опасных объектах.	1

	Характеристика очагов поражения при авариях на АЭС	
10	Последствия радиационных аварий. Особенности радиоактивного загрязнения (заражения) местности. Средства коллективной защиты и правила пользования ими. Эвакуация населения.	1
11	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и поведение в случае их возникновения. Обеспечение радиационной безопасности населения	1
	Гидродинамические аварии.	
12	Виды аварий на гидродинамически опасных объектах. Причины гидродинамических аварий и их последствия.	1
13	Меры по уменьшению последствий аварий на гидродинамических опасных объектах. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и поведение в случае их возникновения.	1
	Нарушение экологического равновесия.	
14	Действия населения по сигналу «Внимание всем!» и сопровождающей речевой информации.	1
15	Загрязнение окружающей среды и здоровье человека.	1
16	Загрязнение атмосферы и почв, природных вод	1
17	Меры безопасности при пребывании человека на территории с неблагоприятными экологическими факторами.	1
18	Предельно допустимые концентрации (ПДК) вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания.	1
19	Воздействие химических веществ на человека. Первая медицинская помощь при поражении АХОВ. Первая медицинская помощь при отравлении бытовыми химикатами.	1
20	Первая медицинская помощь при отравлениях, ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях.	1
21	Аварии техногенного характера	1
22	Здоровый образ жизни. Факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье. Вредные привычки и их профилактика.	1
23	Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др	1
24	Использование индивидуальных средств защиты: домашней медицинской аптечки, ватно-марлевой повязки, респиратора, противогаза.	1
25	Опасные ситуации на дороге. Правила дорожного движения (в части, касающейся пешеходов и велосипедистов).	1
26	Опасные ситуации на транспорте. Поведение пассажиров в общественном транспорте.	1
	Опасные ситуации на водоемах	
27	Опасные ситуации и правила поведения на воде. Оказание помощи утопающему	1
	Опасные ситуации криминогенного характера	
28	Ситуации криминогенного характера, меры предосторожности и правила поведения. Элементарные способы самозащиты.	1
29	Опасные ситуации и меры предосторожности в местах большого скопления людей (в толпе, местах проведения массовых мероприятий, на стадионах).	1
30	Меры предосторожности при угрозе совершения террористического акта.	1

	Поведение при похищении или захвате в качестве заложника	
	Безопасное поведение человека в природных условиях	
31	Безопасное поведение человека в природных условиях: ориентирование на местности	1
32	Безопасное поведение человека в природных условиях: подача сигналов бедствия,	1
33	Безопасное поведение человека в природных условиях: добывание огня, воды и пищи.	1
34	Безопасное поведение человека в природных условиях: сооружение временного укрытия.	1