

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение МБОУ ООШ № 2  
г. Нерчинска

УТВЕРЖДАЮ  
Директор

\_\_\_\_\_ Исламгулова Ю.А

Приказ № \_\_\_\_\_  
от «\_\_\_» августа 2024 г.

## **«Безопасное поведение»**

**Дополнительная общеразвивающая программа**

Учитель: Крапивина Елена Олеговна

Направленность: социально-педагогическое

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 10–15 лет

## 1.1 Пояснительная записка

Программа «Безопасное поведение» 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».

**Направленность программы:** социально-педагогическая.

**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 102 академических часа.

**Форма обучения:** очная

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

Программа «Безопасное поведение» может проводиться в течение учебного года в объеме 3 часа в неделю или во время пришкольного лагеря в объеме 3 часа в день.

## **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;
- воспитание культуры безопасности дорожного движения, освоение знаков, разметки и правил дорожного движения;
- 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;
- развитие soft-компетенций.

## **1.3 Содержание программы**

#### **Учебный план**

| №<br>п/п | Тема                                               | часы  |        |        |
|----------|----------------------------------------------------|-------|--------|--------|
|          |                                                    | всего | теория | практ. |
| 1        | Основы медицинских знаний и оказание первой помощи | 26    | 2      | 24     |
| 2.       | Общее положение ПДД. Правила дорожного движения.   | 30    | 2      | 28     |

|   |                                               |     |    |    |
|---|-----------------------------------------------|-----|----|----|
| 3 | Безопасность в повседневной жизнедеятельности | 40  | 10 | 36 |
| 4 | Информационная безопасность                   | 6   | 2  | 4  |
|   | ИТОГО                                         | 102 | 16 | 86 |

## **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. Общее положение ПДД. Правила дорожного движения.**

Настоящие Правила дорожного движения устанавливают единый порядок дорожного движения на всей территории Российской Федерации. Обязанности пешеходов, пассажиров, сигналы светофора и регулировщика. Управление велосипедом, мотоциклом, скутером

### **Тема 3. 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/школе/общественных местах;
- утечка газа;
- на воде, само- и взаимопомощь на воде;
- поведение в толпе;

Соблюдение правил безопасного поведения в туристических походах.

#### **Тема 4. 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. Основы безопасного общения в Интернет. Защита компьютера и

мобильного устройства от вредоносного воздействия.

#### **Планируемые результаты**

Результативность и способы оценки программы построены на основе компетентностного подхода.

Обучающиеся будут **знать**:

- алгоритмы действий при возникновении опасных ситуаций: оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения, наружных кровотечениях, попадании инородного тела в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, обморожении, отравлениях.
- алгоритмы действий пешеходов, пассажиров, водителей. Правила распространяют свое **действие** не только на **водителей** механических транспортных средств, но и на других участников дорожного движения – **пассажиров и пешеходов. Водители** велосипедов – велосипедисты – тоже относятся к участникам дорожного движения и обязаны подчиняться требованиям Правил. Управление велосипедом приравнивается к вождению транспортного средства.
- 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 Календарный учебный план

| № п/п | Форма занятия  | Кол-во часов | Тема занятия                                                                                                                                                                                              |
|-------|----------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Проектирование | 4            | <i>Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</i><br>Выбор группами кейсов для работы.<br>Анализ кейса, планирование и определение результата.                                            |
| 2     | Проектирование | 4            | <i>Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</i><br>Изучение признаков, по которым можно определить состояние человека, причин.<br>Практическое повторение действий при данной ситуации. |
| 3     | Проектирование | 5            | <i>Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</i><br>Составление алгоритма действий при возникновении опасной ситуации по выбранному кейсу                                                |
| 4     | Проектирование | 2            | <i>Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</i><br>Составление сценария диалогов - звонок в МЧС, родителям, скорую помощь со стационарного и мобильного телефона                        |
| 5     | Ролевая игра   | 3            | <i>Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</i><br>Взаимообучение на основе созданных алгоритмов                                                                                        |
| 6     | Ролевая игра   | 4            | <i>Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</i><br>Взаимообучение на основе созданных алгоритмов.                                                                                       |
| 7     | Игра           | 2            | <i>Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</i><br>Игра по станциям.                                                                                                                    |
|       | Игра           | 2            | <i>Тема 1. Основы медицинских знаний и</i>                                                                                                                                                                |

|    |           |     |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----|-----------|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |           |     | <i>оказание первой помощи</i><br>Игра по станциям. Подведение итогов                                                                                                                                                                                                                      |
| 9  | Практикум | 2-3 | <i>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни</i><br>Здоровый образ жизни. Компоненты индивидуальной модели здорового образа жизни.                                                                                                                                             |
| 10 | Практикум | 2   | <i>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни</i><br>Питание - суточная потребность человека в питательных веществах, витаминах и воде относительно конкретного возраста. Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных.                             |
| 11 | Практикум | 2   | <i>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни</i><br>Суточная норма калорий, примерное распределение калорий при пятиразовом питании. Ежедневный и недельный рацион. Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных.                                  |
| 12 | Практикум | 4   | <i>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни</i><br>Составление индивидуального плана питания. Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных.                                                                                                       |
| 13 | Практикум | 4   | <i>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни</i><br>Норма физической активности человека, относительно возраста. Виды активности, способствующие гармоничному развитию и поддержанию здоровья. Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных.       |
| 14 | Практикум | 2   | <i>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни</i><br>Составление индивидуальной программы физической активности в соответствии с интересами и особенностями здоровья. Упражнения для глаз, снятия напряжения со спины. Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - |

|    |                |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----|----------------|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                |   | внесение данных.                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 15 | Практикум      | 2 | <p><i>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни</i></p> <p>Микросреда человека: дом, школа и т.д.<br/>Оценка микросреды с точки зрения воздействия на здоровье человека. Рабочее и спальное место, режим проветривания.<br/>Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных.</p> |
| 16 | Практикум      | 2 | <p><i>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни</i></p> <p>Завершение оформления индивидуальной модели здорового образа жизни.</p>                                                                                                                                                                        |
| 17 | Игра           | 2 | <p><i>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</i></p> <p>Представление кейсов для работы проектных групп. Выбор кейсов.<br/>Командообразование.</p>                                                                                                                                                    |
| 18 | Проектирование | 2 | <p><i>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</i></p> <p>Анализ кейса, планирование и определение результата. Формы представления результатов работы проектных команд: лего-прототипирование объекта, пространственный прототип объекта.</p>                                                           |
| 19 | Проектирование | 2 | <p><i>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</i></p> <p>Алгоритм действий при возникновении ситуации, описанной в кейсе.</p>                                                                                                                                                                          |
| 20 | Проектирование | 2 | <p><i>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</i></p> <p>Разработка прототипа объектов.</p>                                                                                                                                                                                                            |
| 21 | Проектирование | 4 | <p><i>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</i></p> <p>Разработка прототипа объектов.</p>                                                                                                                                                                                                            |
| 22 | Проектирование | 4 | <p><i>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</i></p> <p>Подготовка сценария действий с применением прототипа объекта</p>                                                                                                                                                                              |
| 23 | Проектирование | 4 | <p><i>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</i></p> <p>Подготовка речевых сценариев, в том</p>                                                                                                                                                                                                       |

|    |           |   |                                                                                                                                                                           |
|----|-----------|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |           |   | числе звонков по стационарному и мобильному телефону, сообщений в мессенджерах .                                                                                          |
| 24 | Практикум | 4 | <i>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</i><br>Проведение сценария по опасным ситуациям использования бытовых устройств, приборов, инструментов.         |
| 25 | Практикум | 4 | <i>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</i><br>Проведение сценария по опасным ситуациям использования средств бытовой химии.                             |
| 26 | Практикум | 2 | <i>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</i><br>Проведение сценария по опасным ситуациям при неисправности системы электроснабжения.                      |
| 27 | Практикум | 4 | <i>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</i><br>Проведение сценария поведения при пожаре в доме/квартире/школе/общественных местах.                       |
| 28 | Практикум | 2 | <i>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</i><br>Проведение сценария по опасным ситуациям при утечке газа.                                                 |
| 29 | Практикум | 4 | <i>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</i><br>Проведение сценария по опасным ситуациям на воде, само- и взаимопомощи на воде.                           |
| 30 | Практикум | 2 | <i>Тема 3. Безопасность в повседневной Жизнедеятельности</i><br>Проведение сценария в толпе.                                                                              |
| 31 | Практикум | 2 | <i>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</i><br>Проведение сценария по опасным ситуациям Соблюдение правил безопасного поведения в туристических походах. |
| 32 | Дискуссия | 2 | <i>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</i>                                                                                                              |

## **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.

## **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 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., Чижаклова 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. \_\_