

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
средняя образовательная школа №10 г.Сердобска

Принята на заседании  
педагогического совета  
/протокол №1 от 29.08.2017/



Утверждаю

Н.А.Зябликов

/Приказ №126 от 29.08.2017/

Программа  
дополнительного образования  
научно-технической направленности  
«Школа безопасности».

Программа ориентирована  
на детей 13-15 лет

Срок реализации- 1 год

Педагог дополнительного образования

Миховская К.А.

Сердобский район

2017

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Школа безопасности - это единая, непрерывная система целенаправленной педагогической работы, обеспечивающая надлежащий уровень подготовленности человека в области безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, сохранения и укрепления своего здоровья. Данная программа рассчитана на обучение детей с 13-ти лет..

Общими **задачами** программы являются:

- вооружение будущих граждан психологическими и педагогическими знаниями в объеме, обеспечивающем понимание проблем личной, общественной и государственной безопасности в жизни и способов личной подготовки к их решению;
- развитие бдительности, осмотрительности, разумной осторожности и педагогической ориентированности на выявление и принятие во внимание различных негативных факторов при оценке угроз и опасностей, преодолении их трудностей;
- повышение уровня своих знаний и навыков в обеспечении безопасности жизнедеятельности, уверенности в успешном преодолении трудностей, веры в успех при столкновении с опасными и неадекватными ситуациями;
- формирование привычек, навыков, умений, обеспечивающих успешные действия при решении вопросов личной и общественной безопасности, умение систематизировать знания по вопросам безопасности жизнедеятельности и эффективно применять их в повседневной жизни;
- формирование установок на совместные, согласованные действия при попадании в опасные ситуации в составе группы, а также навыков и умений совместных действий, оказания само- и взаимопомощи;
- формирование у детей знаний, умений и навыков здорового образа жизни и личной гигиены, об угрозах и опасностях в сфере жизнедеятельности школьника, приемах и правилах самозащиты и поиска своевременной помощи со стороны взрослых, об обеспечении безопасности собственных действий и предотвращении опасных ситуациях и конфликтов дома, в школе, на улице, в общественных местах, на водоемах, при пожаре, а

также оказания простейшей медицинской помощи.

Системные знания, умения и навыки позволят обучающимся создать цельное представление о безопасности жизнедеятельности, необходимой для благополучного развития личности, общества и государства за счет вариативного подхода к образованию по ОБЖ, адаптированного к специфике образовательной деятельности и формированию содержания образовательных направлений.

Обучение проводится методом рассказа и объяснения, практических занятий и тренировок, методом упражнения и самостоятельной отработки навыков.

**В результате подготовки по настоящей программе участники объединения должны**

### **ЗНАТЬ:**

- основные факторы, негативно влияющие на безопасность населения и территорий, а также основные методы нейтрализации данных факторов;
- основные меры личной и общественной безопасности в условиях города и природной среды;
- основы выживания;
- основные методы оказания психологической и первой медицинской доврачебной помощи пострадавшим, в объеме, предусмотренном настоящей программой;
- методы и необходимые меры безопасности при передвижении по сложному рельефу, в объеме, предусмотренном настоящей программой;
- основы противопожарной подготовки, в объеме, предусмотренном настоящей программой;
- основные принципы организации и проведения спасательных работ;
- сферу деятельности и полномочия спасательных формирований, в объеме предусмотренном настоящей программой;
- перечень требований, предъявляемых к уровню теоретических знаний и практических навыков спасателя;
- преимущества и методы ведения здорового образа жизни, основы научной организации труда, основы гигиенических знаний.

### **УМЕТЬ:**

- организовывать и проводить мероприятия, способствующие духовному, нравственному и физическому развитию, укреплению здоровья учащихся, воспитывать готовность к защите Отечества, смелость, мужество и выносливость, чувство коллективизма, сознательную дисциплину, способствовать расширению кругозора обучаемых, приобретению новых навыков и умений, обучать других различным формам и методам -выживания в природной среде, влиять на повышение уровня мастерства при выполнении спасательных работ;

- осуществлять основные мероприятия по поддержанию и обеспечению жизнедеятельности людей в различных условиях;
- оказывать психологическую и первую медицинскую доврачебную помощь людям, в объеме, предусмотренном настоящей программой;
- передвигаться на велосипеде;
- ориентироваться на местности;
- осознавать степень опасности сложившиеся ситуации и психологически приспосабливаться к ней, оказывая помощь пострадавшим;
- выполнять противопожарные мероприятия, в объеме курса «ОБЖ».

**Учебно - тематический план**  
**объединения «ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»**  
**(первый год обучения).**

№ п\п	Тема	Всего часов	Теоретическая подготовка (часов)	Практические занятия (часов)
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
<b>2.</b>	<b>«Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях».</b>	<b>52</b>	<b>24</b>	<b>28</b>
2.1.	Условия безопасного поведения учащихся.	36	18	18
	- Правила дорожного движения			
2.2.	- Пожарная безопасность	6	2	4
	Чрезвычайные ситуации локального характера и безопасность детей. ( Пензенская обл, г.Сердобск).			
	- Радиационная, химическая, биологическая защита населения.	10	4	6
2.3.	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного происхождения, защита населения от их последствий. - Ураганы, бури, землетрясения, смерчи, наводнения, лесные и торфяные пожары.			
<b>3.</b>	<b>«Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей»</b>	<b>19</b>	<b>10</b>	<b>9</b>
3.1	Основы медицинских знаний и	10	4	6
3.2	оказание первой медицинской помощи.	9	6	3
	Основы здорового образа жизни (укрепление здоровья, профилактика заболеваний, влияние алкоголя, никотина, ПАВ на организм подростков, социальные последствия вредных привычек).			
<b>4.</b>	<b>Основы подготовки к военной службе.</b>	<b>19</b>	<b>2</b>	<b>17</b>

4.1	Начальная военная подготовка.	6	-	6
4.2	Физическая подготовка	13	2	11
<b>5.</b>	<b>Подготовка к районному слёту-соревнованию «Школа безопасности»( согласно положению о проведении районного слета-соревнования и его программы).</b>	<b>48</b>	<b>2</b>	<b>46</b>
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
	<b>Резерв</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>144</b>	<b>44</b>	<b>100</b>

### Программа объединения «Школа безопасности»(144 часа)

#### **1.Вводное занятие.**

Инструктаж по правилам охраны труда и мерам безопасности при проведении занятий в объединении. Цели и задачи работы объединения.

#### **2.Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях.**

##### **2.1 Условия безопасного поведения учащихся.**

##### **Правила дорожного движения.**

Безопасное участие в дорожном движении. Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Правила движения пешеходов по улицам и дорогам. Правила перехода проезжей части. Правила движения колонны, пешеходов и групп детей. Правила безопасного поведения велосипедиста на улицах и дорогах.

##### **Безопасность на транспорте.**

Причины возникновения дорожно-транспортных происшествий. Основные правила безопасности на городском общественном транспорте.

Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на городском общественном транспорте. Правила безопасного поведения на метрополитене. Причины опасных и аварийных ситуаций на метрополитене. Транспортные аварии. Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения пассажиров при авариях на железнодорожном транспорте.

Правила безопасного поведения на водном транспорте. Действия

пассажиров при объявлении шлюпочной тревоги. Способы эвакуации с

судна. Правила безопасного поведения на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения авиапассажиров при аварийных ситуациях на авиационном транспорте.

### **Пожарная безопасность.**

Понятие о пожаре. Основные поражающие факторы пожара. Причины возникновения пожаров и их последствия. Классификация и характеристика пожаров, их причины и последствия. Условия процесса горения. Группы возгораемости веществ и материалов. Стадии развития пожара. Условия, способствующие распространению пожаров. Правила пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре, в доме. Способы эвакуации из горящего здания. Пожары и паника.

Правила безопасного поведения при панике во время пожара. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими. Средства индивидуальной защиты органов дыхания (газодымозащитные комплекты).

## **2.2. Чрезвычайные ситуации локального характера и безопасность детей**

**( Пензенская обл., г. Сердобск)**

Безопасность в социальной среде. Безопасность в криминогенных ситуациях. Понятие и условия личной безопасности. Опасное время. Опасные и безопасные места в населенном пункте. Общие сведения о зонах криминогенной опасности. \*\*

Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций в доме (квартире), на улице. Правила профилактики личной безопасности в опасных ситуациях криминогенного характера: в общественных местах и в общественном транспорте.

Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила безопасного поведения в местах массового скопления людей. Внешние и внутренние признаки людей, способных совершать преступные действия.

Правила поведения, уменьшающие риск встречи с насильниками и хулиганами.

Правила поведения при встрече с хулиганами, подручные средства самообороны и способы самозащиты.

Условия, при которых наступает уголовная ответственность.

Формы преступного поведения. Виды преступлений. Возраст, с

которого наступает уголовная ответственность. Особенности  
уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних.

Виды наказаний, предусмотренные Уголовным кодексом в отношении  
несовершеннолетних.

Безопасность при террористических актах.

Понятие о терроризме. Правила безопасного поведения при обнаружении взрывоопасного  
предмета. Правила безопасного поведения при захвате в заложники. Правила безопасного  
поведения при освобождении заложников сотрудниками спецслужб.

Безопасность в быту.

Источники опасности в быту и их характеристики. Правила безопасного поведения при  
пользовании бытовым газом. Правила пользования газовыми приборами. Правила  
безопасного поведения при обнаружении запаха газа. Правила безопасного поведения при  
обращении с электрическими и электронными приборами в быту. Правила безопасности  
при просмотре телепередач. Затопление жилища. Правила поведения при затоплении  
жилища и меры по его предотвращению. Радиация, химическая, биологическая защита  
населения.

### **2.3 Чрезвычайные ситуации природного и техногенного происхождения, защита населения от их последствий.**

#### **ЧС природного происхождения.**

Землетрясение, правила безопасности при угрозе землетрясения, во время землетрясения  
и после него. Понятие о вулкане и его характеристики. Правила безопасного поведения  
при заблаговременном оповещении об извержении вулкана, во время извержения и после  
него. Понятие об оползнях, селях, обвалах, лавинах и их характеристика. Правила  
безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня,  
обвала, во время и после схода. Понятие об урагане, буре, смерче и их характеристика.\*  
Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении и приближении  
урагана, бури, смерча. Правила безопасного поведения во время и после ураганов, бури,  
смерча.

Понятие о наводнении и его характеристика. Меры по снижению потерь от последствий  
наводнений. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о

наводнениях, во время и после наводнений. Изготовление и использование самодельных подручных плавательных средств для эвакуации. Понятие о цунами и их характеристика. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время прихода и после цунами. Природные пожары (лесные, торфяные, степные) и их характеристика. Предупреждение природных пожаров. Правила безопасного поведения при возникновении природных пожаров. Правила безопасного поведения в зоне лесных пожаров и тушения лесного пожара в лесу.

### **Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.**

Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Пожары и взрывы, пожаро- и взрывоопасные объекты. Правила безопасного поведения во время пожаров на промышленных объектах. Промышленные аварии с выбросом опасных химических веществ. Правила безопасного поведения при авариях с выбросом опасного химического вещества. Аварии с выбросом радиоактивных веществ. Правила безопасного поведения при авариях на радиационно опасных объектах. Гидродинамические аварии. Правила безопасного поведения при авариях на гидродинамически опасных объектах.

### **3. Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей.**

#### **3.1 Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи**

Оказание первой медицинской помощи при заболеваниях, отравлениях различного характера, при травмах различного рода, при ожогах и обморожениях, тепловых ударах, поражении электрическим током. Первая помощь утопающему и мероприятия по реанимации (первичные знания)

#### **3.2 Основы здорового образа жизни**

Факторы, укрепляющие здоровье. Личная гигиена и здоровье. Основные понятия и культура питания. Режим труда и отдыха. Основные принципы и содержание режима для подростков. Физическая культура и закаливание. Влияние физических упражнений на развитие растущего организма. Правила использования факторов окружающей среды. Для закаливания организма. Психологическая уравновешенность, ее значение для здоровья человека. Достижение эмоционального благополучия. Факторы, разрушающие здоровье. Профилактика вредных привычек. Профилактика табакокурения. Профилактика разрушающего влияния алкоголя на здоровье учащихся. Профилактика наркомании и токсикомании. Опасные ситуации, связанные с суицидами (самоубийствами). Профилактика суицидов.

### **4. Основы подготовки к военной службе.**

#### **4.1 Начальная военная подготовка**

Нормативные акты РФ о воинской обязанности. Прохождение воинской службы. Виды и рода войск. Призыв. Воинские уставы. Дисциплина и подчинение. Строевые приемы.

#### **4.2. Физическая подготовка.**

Кроссовая подготовка. Спринт - дистанции(100 и 60 м). Силовые упражнения. Подтягивание и подъём туловища. Метание гранаты и мяча.

### **3.Подготовка к районному слету-соревнованию « Безопасное колесо».**

#### **Безопасность в природной среде.**

Безопасность при вынужденном автономном существовании. Возможные причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования в природных условиях. Первоочередные действия потерпевших бедствие при аварии транспортных средств и попавших в экстремальные условия на природе.

Определение направления выхода. Способы ориентирования на местности. Правила оборудования временного жилища. Правила и способы добывания огня. Правила обеспечения водой и питанием.

Правила поиска растительной пищи. Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования и способы их подачи.

#### **Безопасность на воде.**

Особенности состояния водоемов в разное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Правила безопасности поведения на водоемах летом и зимой. Правила переправы по льду водоемов.

Помощь терпящим бедствие на воде и на льду. Способы самоспасения на воде. Оказание помощи терпящим бедствие на льду. Основные и подручные спасательные средства на воде. Правила пользования ими.

#### **Безопасность при смене климатогеографических условий.**

Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Акклиматизация, общие понятия и определения. Смена часовых поясов. Смена климата. Акклиматизация к условиям жаркого климата, к условиям горной местности, к условиям Севера.

### **5.Подготовка к районным соревнованиям «Безопасное колесо».**

Правила дорожного движения. Правила и навыки езды на велосипеде. Практические занятия.