

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Основная школа с.Степная Васильевка  
муниципального образования «Мелекесский район» Ульяновской области»**

**Рассмотрено**  
на заседании МО учителей  
МБОУ «Основная школа  
с.СтепнаяВасильевка»  
Протокол № 1  
от «30» августа 2023 г

**Согласовано**  
Заместитель  
директора по УВР  
\_\_\_\_\_/ О. Г. Майнскова/

**Утверждаю**  
Директор МБОУ Основная школа  
с.Степная Васильевка»  
\_\_\_\_\_/ С.А.Беляева /  
  
Приказ №\_50 от «31» августа 2023 г

**Рабочая программа внеурочной деятельности**

**«Школа безопасности »**

7 класс

социальное направление

разработана учителем ОБЖ  
высшей квалификационной категории  
Картушиной О.Н.

2023 год

## **Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Личностными** результатами обучения являются:

- развитие духовных и физических качеств, обеспечивающих защищенность личных и общественных интересов от внешних природных и социальных угроз;
- понимание важности сохранения своего здоровья и формирование потребности соблюдения норм здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности в конкретной ситуации;
- формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды и к жизни человека, а также к своей жизни; воспитание понимания необходимости обеспечения личной и общественной безопасности.

**Метапредметными** результатами обучения являются:

- овладение умениями формулировать понятия, что такое опасность и безопасность; понимать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; анализировать причины возникновения опасности: обобщать и сравнивать, видеть причины опасности и понимать их влияние на человека и окружающую среду;
- овладевать навыками безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; оценивать свои поступки; уметь находить пути решения поставленных задач;
- моделировать личные подходы к собственной безопасности в нестандартной ситуации;
- приобретение личного опыта в поиске необходимой информации, умении анализировать ее и делать выводы;
- умение формулировать свои мысли, умение принимать точку зрения собеседника, понимать право существования иного мнения; умение работать в коллективе;
- освоение алгоритмов действия в опасной или чрезвычайной ситуации природного и социального характера.

**Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

**Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий 24 ч**

*Введение. Опасные ситуации и единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.* Закон Российской Федерации «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

— Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Задачи РСЧС. Система мер защиты населения от различных чрезвычайных ситуаций (ЧС). Чрезвычайная ситуация.

— Чрезвычайная ситуация природного характера. Классификация опасных природных явлений: геофизические (землетрясения, извержения вулканов, магнитные бури), геологические (обвалы, оползни, сели, карстовые провалы и т.д.), метеорологические (бури, ураганы, смерчи, шквалы, крупный град, засухи, метели, пыльные бури и т.д.), морские гидрологические явления (цунами, обледенение судов, интенсивный дрейф льдов и т.д.) и гидрологические явления (наводнения, паводки и т.д.), природные пожары (лесные, торфяные и др.).

*Наводнения и причины их возникновения.* Историческая справка о наводнениях различного масштаба на территории России. Анализ территорий и площадей, оказывающихся в зоне затопления или подтопления. Понятия «наводнение», «половодье», «паводок», «затор», «зажор», «ветровой нагон». Наводнения при прорывах плотин. Классификация наводнений: по повторяемости, по размерам и по наносимому ущербу, а также по площади затопления, продолжительности затопления, скорости подъема уровня воды. Оценка наводнений по максимальному уровню подъема воды. Анализ характера наводнений в конкретном районе нашей страны (место проживания учащихся).

*Поражающие факторы наводнений и их последствия.* Понятия «затопление», «подтопление», «первичные поражающие факторы», «вторичные поражающие факторы». Размеры последствий наводнений.

*Мероприятия по защите от наводнений. Действия населения при угрозе и во время наводнений.* Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы наводнений (краткосрочные и долгосрочные, локальные и территориальные). Правила поведения при поступлении сообщения о наводнении и начале эвакуации. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при наводнении, первая необходимая помощь.

*Ураганы, бури, смерчи и причины их возникновения.* Основные понятия и классификация этих метеорологических явлений. Понятия «ветер», «направление ветра», «скорость ветра», «сила ветра», «шкала Бофорта», «ураган», «смерч», «торнадо», «буря».

*Причины возникновения ураганов, бурь, смерчей.* Погода и климат. Циклон и антициклон. Районы России и мира, где

наиболее часты опасные метеорологические явления. Названия ураганов.

*Поражающие факторы опасных метеорологических явлений и их последствия.* Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при ураганах, смерчах и бурях, первая необходимая помощь.

*Мероприятия по защите от опасных метеорологических явлений. Действия населения при угрозе и во время урагана, бури, смерча, пыльной бури, метели.* Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы опасных метеорологических явлений. Правила поведения при поступлении сообщения о приближении опасного метеорологического явления.

*Землетрясения и причины их возникновения.*

Понятия «землетрясение», «очаг землетрясения», «гипоцентр», «эпицентр». Типы землетрясений (тектонические, внутриплитовые, вулканические). Сейсмограф. Основные характеристики землетрясений. Магнитуда. Шкала землетрясений (Рихтера, Меркалли). Характеристика проявлений землетрясения. Сейсмические области мира и территории Российской Федерации.

*Поражающие факторы землетрясений и их последствия.* Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при землетрясениях, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству.

*Мероприятия по защите от землетрясений. Действия населения при угрозе и во время землетрясения.* Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы землетрясений. Правила поведения при поступлении сообщения о возможном землетрясении. Оказание первой помощи пострадавшим при землетрясении: Правила наложения шины на голеностопный сустав; наложение фиксирующей повязки в случае перелома плечевой кости и костей предплечья. Правила наложения кровоостанавливающего жгута. Правила оказания первой помощи при сдавливании.

*Цунами и причины их возникновения.* Понятия «цунами», «подводные землетрясения», «вулканические извержения». Оценка силы цунами. Наиболее крупные цунами в XX—XXI вв.

*Поражающие факторы цунами и их последствия.* Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при цунами, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству

человека.

*Мероприятия по защите от цунами. Действия населения при угрозе и во время цунами.* Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы цунами. Правила поведения при поступлении сообщения о возможном цунами.

*Обвалы, оползни и сели и причины их возникновения.* Понятия «обвал», «оползень», «сель», «грязевой сель», «водокаменный сель», «грязекаменный сель», «сейсмосели», «лахары», «селевой бассейн». Характеристики обвалов по мощности, по масштабу. Условия возникновения опасных геологических явлений.

*Поражающие факторы опасных геологических явлений и их последствия.* Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при проявлении опасных геологических явлений, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству человека.

*Мероприятия по защите от опасных геологических явлений. Действия населения при угрозе и во время оползней, обвалов и селей.* Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы оползней, обвалов и селей. Правила поведения при поступлении сообщения о возможном проявлении геологических явлений.

*Лесные и торфяные пожары и причины их возникновения.* Понятия «природный пожар», «лесной пожар», «низовой пожар», «верховой пожар», «торфяной подземный пожар», «огненный шторм». Характеристики пожаров. Классификация лесных и торфяных пожаров. Причины возникновения лесных и торфяных пожаров. Пожароопасный сезон.

*Поражающие факторы лесных и торфяных пожаров и их последствия.* Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при лесных и торфяных пожарах, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству человека.

*Мероприятия по защите от лесных и торфяных пожаров. Действия населения при угрозе и во время пожаров.* Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия.

Правила поведения при обнаружении очагов возгорания в лесу и на территории распространения торфяников. Правила поведения при лесном и торфяном пожарах. Методы борьбы с пожарами. Косвенные методы тушения пожара. Противопожарная профилактика.

### *Общие рекомендации по поведению при опасных явлениях природы.*

Подведение итогов. Систематизация и анализ полученных знаний и навыков по разделу курса «Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий».

- Сигналы оповещения и порядок действий.
- Номера телефонов вызова дежурных служб помощи, единый номер вызова экстренных оперативных служб «112».
- Правила поведения при эвакуации.

Правила поведения при наиболее распространенных опасных природных явлениях. Снежная буря, метель. Лед на водоемах. Оказание помощи оказавшемуся в полынье. Гололедица. Гроза.

### **Опасные и экстремальные ситуации социального характера и безопасность человека 2 часа.**

*Основы безопасного поведения в толпе. Паника. Психология толпы. Правила поведения в криминогенных ситуациях.*

*Терроризм и безопасность человека. Обнаружение подозрительного предмета. Диверсия. Похищение. Захват транспортных средств. Уголовные преступления.*

### **Дорожное движение и безопасность человека 2 часа**

*Дорога и ее элементы. Дорога. Проезжая часть. Обочина. Разделительная полоса. Одностороннее и двустороннее движение. Перекресток. Тротуар. Пешеходный переход. Регулировщик.*

*Участники дорожного движения. Дорожно-транспортное происшествие. Транспорт (транспортные средства). Знаки дорожного движения. Предупреждающие знаки. Знаки приоритета. Предписывающие знаки. Знаки особых предписаний. Информационные знаки. Рекомендации поведения пешехода на дороге зимой и в темное время суток. Пассажир. Движение во дворах и жилых зонах.*

### **Оказание первой помощи 3 часа**

*Первоначальная обработка раны. Правила наложения бинтовых повязок. Понятие «рана». Типы ран. Причины, вызывающие появление раны. Первая помощь при переломах конечностей. Шина. Правила наложения шины.*

Практическая работа.

1. Отработать навыки наложения бинтовых повязок: на условно раненный палец, плечо, голень. Наложение косыночной повязки.

2. Отработать навыки наложения шины на конечность.

### **Основы здорового образа жизни 2 часа**

**Человек и его здоровье.** Понятие «здоровье». Здоровый образ жизни. Рациональное и нерациональное питание. Витамины и их роль в организме человека. Режим дня. Физическая нагрузка. Понятие «усталость».

**Факторы, разрушающие здоровье.** Понятие «привычка». Вредные привычки. Используя значения энергетической и пищевой ценности продуктов кафе быстрого питания, составьте оптимальное по калорийности и соотношению углеводов меню для подростка, занимающегося каким-либо видом спорта, и подростка, ведущего малоактивный образ жизни.

**Итоговое занятие 1ч**

### **Тематическое планирование**

№ п/п	Тема	Кол-во часов		
		Всего	теория	практика
1	2	3	4	5
<b>Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий 24 часа</b>				
1	Опасные ситуации и Единая система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	1	1	
2	Наводнения и причины их возникновения	1	1	
3	Поражающие факторы наводнений и их последствия	1	1	
4	Мероприятия по защите от наводнений. Действия населения при угрозе и во время наводнений	1	1	
5	Ураганы, бури, смерчи и причины их возникновения	1	1	
6	Поражающие факторы и последствия ураганов, бурь и смерчей	1	1	
7	Меры по защите и снижению последствий от ураганов, бурь и смерчей. Действия населения при угрозе возникновения и во время ураганов, бурь и смерчей	1	1	
8	Обобщающие по теме: «Гидрологические и метеорологические опасные явления»	1	1	
9	Землетрясения и причины их возникновения	1	1	
10	Поражающие факторы землетрясений и их последствия	1	1	
11	Мероприятия по защите от землетрясений. Действия населения при угрозе и во время землетрясения	1	1	
12	Вулканы их происхождение и виды	1	1	
13	Последствия извержения вулканов. Мероприятия по защите от извержения вулканов. Действия населения при угрозе и во время извержения вулканов	1	1	
14	Цунами и причины их возникновения	1	1	
15	Поражающие факторы цунами и их последствия	1	1	
16	Мероприятия по защите от цунами. Действия населения при угрозе и во время	1	1	

	цунами			
17	Обвалы, оползни, сели и причины их возникновения	1	1	
18	Поражающие факторы опасных геологических явлений и их последствия.	1	1	
19	Мероприятия по защите от опасных геологических явлений . Действия населения при угрозе и во время возникновения обвалов, оползней, селей	1	1	
20	Лесные и торфяные пожары. И причины их возникновения	1	1	
21	Поражающие факторы лесных и торфяных пожаров и их последствия	1	1	
22	Мероприятия по защите от природных пожаров. Действия населения при угрозе и во время возникновения пожаров	1	1	
23	Общие рекомендации учащимся по поведению при опасных явлениях природы	1	1	
24	Обобщение по теме«Опасные и чрезвычайные ситуации и безопасность человека»	1	1	
<b>Опасные и экстремальные ситуации социального характера и безопасность человека 2 часа</b>				
25	Основы безопасности поведения в толпе. Паника	1	1	
26	Терроризм и безопасность человека	1	1	
<b>Дорожное движение и безопасность человека 2 часа</b>				
27- 28	Дорога и её элементы. Участники дорожного движения. Дорожно- транспортное происшествие. Движение во дворах и жилых зонах	2	1	1
<b>Оказание первой помощи . Основы здорового образа жизни 6 часов</b>				
29	Виды ран, первая помощь при ранениях	1	1	
30	Правила наложения повязок.	1		1
31	Первая помощь при переломах .	1		1
32	Человек и его здоровье	1	1	
33	Факторы разрушающие здоровье	1	1	
34	Итоговое занятие.	1	1	

	<b>Итого</b>	<b>34</b>	<b>31</b>	<b>3</b>
--	--------------	-----------	-----------	----------