

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИИ №168
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

УТВЕРЖДАЮ Директор ГБОУ гимназия №168 _____/ С. А. Лебедева Приказ « 85-1/0 От 31 августа 2018 г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР _____/ Н. Г. Короткина 30 августа 2018 г.
РАССМОТРЕНО На заседании МО учителей физической культуры Протокол №1 от 30 августа 2018 г. Руководитель МО _____/ Л. Н. Алексеева	ПРИНЯТО Решением педагогического совета протокол №1 от 31 августа 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

«Школа выживания»

6 А и Б класс

2018-2019 учебный год

Ф.И.О. учителя
А.В. Белоус

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ
2018

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Школа выживания» для 6 класса составлена на основе авторской образовательной программы под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-11 классов общеобразовательных учреждений, авторы А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников, М.В. Маслов //Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-11 классы /под общей редакцией А.Т. Смирнова. - М.: Просвещение, 2011)), использована Программа учебного модуля «Дорожная безопасность» по курсу основ безопасности жизнедеятельности для учащихся 1-9 классов, разработанная Факультетом детства Санкт-Петербургской академии постдипломного педагогического образования (Авторы: Мельникова Т.В., Данченко С.П., Форштат М.Л.), Санкт-Петербург, 2006 год.

Курс внеурочной деятельности «Школа выживания» реализуется в общеобразовательном учреждении в объеме 1 часа в неделю.

Для реализации используется учебно-методический комплект, включающий: школьный учебник для 6 класса «Основы безопасности жизнедеятельности» (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под редакцией Смирнова А.Т. Москва. Издательство «Просвещение», 2017г.), включённый в Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях.

Содержание курса направлено на освоение обучающимися знаний, умений и навыков на базовом уровне, что соответствует Образовательной программе школы. Она включает все темы, предусмотренные региональным компонентом государственного образовательного стандарта основного общего образования по ОБЖ и авторской программой учебного курса. Изменений в авторскую образовательную программу под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-11 классов общеобразовательных учреждений) не внесено.

Курс «Школа выживания» предназначен для воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

Целью учебного модуля «Дорожная безопасность» является формирование культуры поведения на дорогах, как части культуры безопасности жизнедеятельности человека посредством освоения знаний, овладения умениями и практического их применения в повседневной жизни.

Цели и задачи программы курса внеурочной деятельности:

Задачи:

1. Формирование у обучающихся научных представлений о принципах и путях снижения фактора риска в деятельности человека и общества;
2. Выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и адекватно противодействовать им;
3. Формирование у обучающихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также развитие способностей оценивать опасные ситуации, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей.

Цели:

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; их влиянии на безопасность личности, общества и государства; о здоровье человека и здоровом образе жизни (ЗОЖ), об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

2. Развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни, личному и общественному здоровью.
3. Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.
4. Овладение умениями оценивать возникающие ситуации, опасные для жизни и здоровья; умело действовать в ЧС; оказывать ПМП пострадавшим.
5. Развивать умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников.

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности.

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе.

Природа и человек. Общение с живой природой – естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Виды активного отдыха на природе и необходимость подготовки к нему.

Способы ориентирования на местности, определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

Подготовка к выходу на природу. Порядок движения на маршруте. Порядок определения места для бивака. Особенности разведения костра и приготовления пищи. Определение необходимого снаряжения для похода.

Тема 2. Активный отдых на природе и безопасность.

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Подготовка снаряжения и обеспечение безопасности в пеших и горных походах. Порядок движения походной группы. Режим и распорядок дня похода. Преодоление лесных зарослей и завалов, водных препятствий, движение по склонам.

Подготовка снаряжения и обеспечение безопасности в лыжном походе. Организация движения и ночлегов.

Подготовка снаряжения к водному походу и обеспечение безопасности на воде.

Подготовка снаряжения и обеспечение безопасности при велосипедном походе.

Тема 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности.

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях: к холодному климату, к жаркому климату, в горной местности. Общие правила безопасности в дальнем и выездном туризме.

Дисциплина на дороге – путь к дорожной безопасности. Город как транспортная система. Из истории развития транспортной системы Санкт-Петербурга. Мероприятия по организации дорожного движения. Регулирование дорожного движения. Средства регулирования. Светофорное регулирование. Виды транспортных светофоров. Пешеходные светофоры. Светофоры для велосипедистов. Сигналы регулировщика. Дорожные знаки. Группы дорожных знаков. Дорожная разметка..

Опасность на дороге. Как ее избежать Виды ДТП. Факторы, влияющие на численность ДТП (дисциплина участников дорожного движения, время суток, дни недели). Привычки как фактор ДТП. Предвидение опасности. Навыки безопасного поведения на дороге.

Работа водителя и поведение пешехода. Основы теории движения автомобиля. Параметры автомобиля, влияющие на его безопасность. Условия работы водителя. Качества водителя, влияющие на безопасность автомобиля. Культура поведения пешехода. Взаимоуважение участников движения – основа безопасности на дороге. Из истории ДТП.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта (автомобилем, железнодорожным транспортом).

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видом транспорта.

Тема 4. Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде.

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 пищей и водой. Подача сигналов бедствия.

Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях.

Опасные погодные условия и способы защиты от них.

Меры личной безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них. Способы профилактики клещевого энцефалита.

Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Тема 6. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.

Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях.

Состав походной аптечки. Лекарственные растения и их использование.

Правила оказания ПМП при ссадинах и потертостях, ушибах, вывихах и растяжениях связок.

Правила оказания ПМП при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге.

Правила оказания ПМП при укусах ядовитых змей и насекомых.

Тема 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие.

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Влияние компьютера на здоровье человека.

Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.

Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека. Стадии развития наркомании. Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ. Правила четырех «Нет!» наркотикам.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Тема урока	во часов на тему	дата по плану	теоретическая дата
Основы комплексной безопасности				
<i>ТЕМА 1 Подготовка к активному отдыху на природе</i>				
1.	Природа и человек	1		
2.	Ориентирование на местности	1		
3.	Определение своего местонахождения и направления движения на местности (практическое занятие)	1		
4.	Подготовка к выходу на природу	1		
5.	Определение необходимого снаряжения для похода	1		
6.	Определение места для бивака и организация бивачных работ.	1		
<i>ТЕМА 2 Активный отдых на природе и безопасность</i>				
7.	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе	1		
8.	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности	1		
9.	Подготовка и проведения лыжных походов	1		
10.	Водные походы и обеспечение безопасности на воде	1		
11.	Велосипедные походы и безопасность туристов	1		
<i>ТЕМА 3 Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности ПДД</i>				
12.	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме	1		
13.	Акклиматизация человека в различных климатических условиях	1		
14.	Акклиматизация в горной местности	1		
15.	Дисциплина на дороге – путь к дорожной безопасности (Обеспечение личной безопасности при следовании наземными видами транспорта)	1		

16.	Дисциплина на дороге – путь к дорожной безопасности (Обеспечение личной безопасности на водном транспорте).	1		
17.	Дисциплина на дороге – путь к дорожной безопасности (Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте)			
<i>ТЕМА 4 Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде</i>				
18.	Опасность на дороге. Как ее избежать .	1		
19.	Работа водителя и поведение пешехода Добровольная автономия человека в природной	1		
20.	Автономное существование человека в природе Вынужденная автономия человека в	1		
21.	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	1		
<i>ТЕМА 5 Опасные ситуации в природных условиях</i>				
22.	Опасные погодные явления	1		
23.	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными	1		
24.	Укусы насекомых и защита от них	1		
25.	Клещевой энцефалит и его профилактика	1		
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Основы оказания первой медицинской помощи				
<i>ТЕМА 6 Первая медицинская помощь при неотложных состояниях</i>				
26.	Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях	1		
27.	Оказание первой медицинской помощи при травмах	1		
28.	Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге	1		
29.	Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых	1		
Основы здорового образа жизни				
<i>ТЕМА 7 Здоровье человека и факторы, на него влияющие</i>				

§0.	Здоровый образ жизни и профилактика утомлений	1		
§1.	Компьютер и его влияние на здоровье	1		
§2.	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1		
§3.	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	1		
§4.	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.	1		