

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Кулундинская средняя общеобразовательная школа № 3»  
Кулундинского района Алтайского края

СОГЛАСОВАНО

методическим советом школы  
протокол №1 от 27.08.2024 г

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора  
школы №164 от 30.08.2024 г

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
социально- гуманитарной направленности  
«Безопасное поведение»

Возраст обучающихся: 10–16 лет

Срок освоения программы: 1 год

Автор-составитель:  
Щербанов Евгений Витальевич  
учитель ОБЖ

с. Кулунда, 2024

## Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

### Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Безопасное поведение» относится к программам социально-гуманитарной направленности и предназначена для реализации в Центре образования цифрового и гуманитарного профиля «Точка роста» МБОУ «Кулундинская СОШ №3». Программа составлена на основе программы Фонда новых форм развития образования «Безопасное поведение».

**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- 16 лет, имеющих базовый уровень владения ИКТ.

**Численность обучающихся в группе** - до 15 человек

**Объем программы** - 68 академических часа.

**Срок освоения** – 1 год.

**Режим занятий** - по 1 академическому часу 2 раза в неделю в форме практических занятий, 1 академический час - 40 минут, перерывы между часами - 10 минут.

**Уровень освоения** – базовый

**Форма обучения:** очная

**Особенности образовательного процесса:**

Программа предполагает следующие формы работы: групповые и индивидуальные практические, проектные работы, организационно-деятельностные игры. Программа является практико-ориентированной.

Программа соответствует основным документам, регламентирующим реализацию дополнительных образовательных программ, а именно:

федеральному закону РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Указу Президента РФ от 7 мая 2012 г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»;

распоряжению Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

распоряжению Правительства РФ от 31.03.2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;

приказу Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

постановлению Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

уставу МБОУ «Кулундинская СОШ №3»;

лицензии на осуществление образовательной деятельности (с приложениями);

локальных нормативных актов организации.

### 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;
- формирование социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни;
- понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространенных видов опасных ситуаций различного характера;
- 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.

### Содержание программы

#### Учебный план

№ п/п	Тема	часы		
		всего	теория	практ.
1	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	16	2	14
2	Индивидуальная модель здорового образа жизни	16	6	10
3	Безопасность в повседневной жизнедеятельности	30	6	24
4	Информационная безопасность	6	3	3
	ИТОГО	72	17	51

## 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. Индивидуальная модель здорового образа жизни

Здоровый образ жизни – активные действия, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья, которые выражены медицинским, физическим, экологическим или каким-либо другим видом активности человека.

Питание - суточная потребность человека в питательных веществах, витаминах и воде относительно конкретного возраста. Суточная норма калорий, примерное распределение калорий при пятиразовом питании. Ежедневный и недельный рацион. Составление индивидуального плана питания.

Норма физической активности человека, относительно возраста. Виды активности, способствующие гармоничному развитию и поддержанию здоровья. Составление индивидуальной программы физической активности в соответствии с интересами и особенностями здоровья. Упражнения для глаз, снятия напряжения со спины.

Микросреда человека: дом, школа и т.д. Оценка микросреды с точки зрения воздействия на здоровье человека. Рабочее и спальное место, режим проветривания.

По мере изучения темы обучающиеся заполняют “Индивидуальную модель здорового образа жизни”.

### 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: лево-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;
- утечка газа;
- на воде, само- и взаимопомощь на воде.

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, попадания инородного тела в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, обморожении, отравлениях.

- что такое здоровый образ жизни и его компоненты;

- 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.

## **Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **Календарный учебный график**

Год обучения, уровень освоения программы	№ группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Сроки проведения аттестации обучающихся	Количество учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий

первый, вводный	1				34	68	2раза в неделю: один раз по 1 часу
первый, вводный	2				34	68	2раза в неделю: один раз по 1 часу

### Календарно-тематическое планирование

Номер занятия	Содержание (темы)	Кол-во часов	Дата		Дата	
			1 группа		2 группа	
			план	факт	план	факт
1-2	<b>Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b> Выбор группами кейсов для работы. Анализ кейса, планирование и определение результата.	2				
3-4	<b>Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b> Изучение признаков, по которым можно определить состояние человека, причин. Практическое повторение действий при данной ситуации.	2				
5-6	<b>Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b> Составление алгоритма действий при возникновении опасной ситуации по выбранному кейсу	2				
7-8	<b>Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b> Составление сценария диалогов - звонок в МЧС, родителям, в скорую помощь со стационарного и мобильного телефона	2				
9-10	<b>Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b> Взаимообучение на основе созданных алгоритмов.	2				
11-12	<b>Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b> Взаимообучение на основе созданных алгоритмов.	2				
13-14	<b>Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b> Игра по станциям.	2				
15-16	<b>Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b> Игра по станциям. Подведение итогов	2				
17-18	<b>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни</b>	2				

	Здоровый образ жизни. Компоненты индивидуальной модели здорового образа жизни.					
19-20	<b>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни</b> Питание - суточная потребность человека в питательных веществах, витаминах и воде относительно конкретного возраста. Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных.	2				
21-22	<b>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни</b> Суточная норма калорий, примерное распределение калорий при пятиразовом питании. Ежедневный и недельный рацион. Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных.	2				
23-24	<b>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни</b> Составление индивидуального плана питания. Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных.	2				
25-26	<b>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни</b> Норма физической активности человека, относительно возраста. Виды активности, способствующие гармоничному развитию и поддержанию здоровья. Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных.	2				
27-28	<b>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни</b> 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.	2				
29-30	<b>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни</b> Микросреда человека: дом, школа и т.д. Оценка микросреды с точки зрения воздействия на здоровье человека. Рабочее и спальное место, режим проветривания. Работа с индивидуальной моделью здорового	2				

	образа жизни - внесение данных.					
31-32	<b>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни</b> Завершение оформления индивидуальной модели здорового образа жизни.	2				
33-34	<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b> Представление кейсов для работы проектных групп. Выбор кейсов. Командообразование.	2				
35-36	<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b> Анализ кейса, планирование и определение результата. Формы представления результатов работы проектных команд: лего-прототипирование объекта, пространственный прототип объекта.	2				
37-38	<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b> Алгоритм действий при возникновении ситуации, описанной в кейсе.	2				
39-40	<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b> Разработка прототипа объектов.	2				
41-42	<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b> Разработка прототипа объектов.	2				
43-44	<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b> Подготовка сценария действий с применением прототипа объекта.	2				
45-46	<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b> Подготовка речевых сценариев, в том числе звонков по стационарному и мобильному телефону, сообщений в мессенджерах.	2				
47-48	<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b> Проведение сценария по опасным ситуациям использования бытовых устройств, приборов, инструментов.	2				
49-50	<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b> Проведение сценария по опасным ситуациям использования средств бытовой химии.	2				



51-52	<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b> Проведение сценария по опасным ситуациям при неисправности системы электроснабжения.	2				
53-54	<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b> Проведение сценария поведения при пожаре в доме/квартире.	2				
55-56	<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b> Проведение сценария по опасным ситуациям при утечке газа.	2				
57-58	<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b> Проведение сценария по опасным ситуациям на воде, само- и взаимопомощи на воде.	2				
59-60	<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b> Проведение сценария по опасным ситуациям на воде, само- и взаимопомощи на воде.	2				
61	<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b> Проведение сценария по опасным ситуациям. Соблюдение правил безопасного поведения в туристических походах.	1				
62	<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности</b> Подведение итогов обучения темы.	1				
63-64	<b>Тема 4. Информационная безопасность</b> Личная безопасность-из чего она складывается. Проверка и корректировка личных профилей в интернет.	2				
65	<b>Тема 4. Информационная безопасность</b> Цифровой след - совокупность данных, которые пользователь генерирует во время пребывания в цифровом пространстве. Пассивный и активный цифровой след.	1				
66-67	<b>Тема 4. Информационная безопасность</b> Основы безопасного общения в Интернет.	2				
68	<b>Тема 4. Информационная безопасность.</b> Защищаем компьютер мобильные	1				

устройства от вредоносного воздействия.					
---	--	--	--	--	--

## 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.

### 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.

### 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.

### **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.

### **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., Чижакова 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.