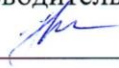


**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Алтайского края**  
**Комитет по образованию администрации города Заринска**  
**Муниципальное бюджетное учреждение**  
**средняя общеобразовательная школа № 1**  
**города Заринска Алтайского края**

РАССМОТРЕНО

Руководитель ПП

  
Ю.В. Нефедова  
Протокол № 7  
от «30» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

  
Н.Г. Кукленко  
«30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

  
С.Б. Субуханкулова  
Приказ № 64  
от «30» августа 2024 г.



**Программа внеурочной деятельности «Сам себе МЧС»  
для 1-2 классов**

Заринск 2024

### Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности для 1-2 класса составлена на основе Примерной программы начального общего образования по основам безопасности жизнедеятельности, программы, составленной творческой группой авторов: Л.П.Анастасова, П.В. Ижевский, Н.В. Иванова. - М.: «Просвещение» 2008г, требований Федерального компонента государственного стандарта общего образования 2004 года и в соответствии с требованиями Федеральных законов России «Об образовании», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об охране окружающей природной среды», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «О санитарно – эпидемиологическом благополучии населения», «О гражданской обороне».

**Цель курса** - сформировать у младших школьников потребность предвидеть возможные экстремальные ситуации, выработать навык их правильного анализа и адекватного поведения в них, т. е. грамотных действий в тех условиях, которые могут сегодня встретиться на жизненном пути каждого.

#### Задачи курса:

- привить учащимся начальные знания, умения и навыки в области безопасности жизни;
- сформировать у детей научно обоснованную систему понятий основ безопасности жизнедеятельности;
- выработать необходимые умения и навыки безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций.

В ходе реализации содержания программы учащиеся должны овладеть не только правилами безопасного поведения в различных ситуациях, но и путями и средствами укрепления здоровья: уметь оказывать первую медицинскую помощь, общаться со сверстниками и взрослыми, знать о значении природного окружения для здоровья человека.

Для младшего школьника особенно актуальны следующие способы передачи своего отношения к полученной информации: движение (активное практическое действие, игра как реализация полученных знаний, рисунок) и слово (беседа, рассказ). Эту возможность предоставляет программа курса «Сам себе МЧС».

Программой предусмотрены обязательные практические занятия:

- ü работа с дидактическим материалом (в игровой форме);
- ü изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций (например, знакомство с правилами дорожного движения на улицах, площадях и перекрестках, расположенных вблизи школы).

Программа построена с учетом уровня подготовки и общего развития учащихся начальной школы по классам обучения и включает в себя основные, наиболее часто встречающиеся опасные ситуации, в которых ребенок может оказаться дома, на улице.

Тематическое планирование по курсу «Сам себе МЧС» осуществляется за счет времени регионального компонента из расчета 0,5 час в неделю в 4 классе, что составляет 18 часов в год.

Виды работ	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
Практическая работа	1	1		
Экскурсия		1		

## Содержание курса

### Чрезвычайные ситуации локального характера (8 ч)

Понятие: чрезвычайные ситуации локального характера. Личная безопасность в подъезде. Опасные места в доме. Опасные шалости и игрушки. Профилактика возможных опасных ситуаций в быту. Опасная высота.

Правила поведения в лифте. Правила обращения с электроприборами. Правила обращения с газовыми приборами. Встреча с большой собакой, рядом с которой нет хозяина.

Правила обращения с лекарствами. Пищевое отравление. Правила обращения с велосипедом, роликами, скейтбордом.

### Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (8 ч)

Понятие: чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.

Правила поведения при пожарах и взрывах. Противопожарная безопасность. Правила поведения при выбросе ядовитых и радиационных веществ. Подробное знакомство с планом эвакуации. Телефонное хулиганство и наказание за него. Поведение в толпе людей, стремящихся покинуть здание, площадь. Действия людей, оказавшихся заложниками террористов и при освобождении. Правила поведения людей во время грозы, бури, смерча, оказавшихся либо в доме, либо на улице. Землетрясения, обвалы, оползни, сели. Снежная лавина. Правила поведения на воде, в лодке. Первая медицинская помощь утопающему. Паводки и наводнения. Правила поведения на льду. Полынья. Меры пожарной безопасности при разведении костра.

Лесной пожар. Ядовитые грибы и ягоды. Правила сбора. Дикие животные.

### Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (10 ч.)

Основные виды травм у детей младшего "школьного возраста. Переломы, вывихи и растяжения связок. Когда следует вызывать «скорую помощь» и каков порядок ее вызова.

Кровотечение, первая медицинская помощь. Ушибы, порезы, ссадины, сотрясение мозга, попадание инородных тел в глаз, ухо, нос, первая медицинская помощь.

Первая медицинская помощь при укусах насекомых, собак, кошек.

Кровотечение из носа, оказание первой медицинской помощи.

Оказание первой медицинской помощи при ожогах и обморожении.

### Безопасное поведение на улице, на дороге, в транспорте (8 ч)

Безопасность пешеходов при движении по дорогам. Элементы дорог. Дорожная разметка. Правила перехода дорог. Перекрестки. Сигналы, подаваемые водителями транспортных средств,

Соблюдение правил движения велосипедистами. Причины дорожно-транспортного травматизма.

Государственная инспекция безопасности дорожного движения (ГИБДД).

Железнодорожный транспорт, его особенности, безопасное поведение при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажиров.

Правила поведения в метро. Наземный транспорт. Личная безопасность на улице.

### Планируемые результаты:

### **Личностные:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

### **Метапредметные:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

### **Предметные:**

#### ***1. В познавательной сфере:***

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

#### ***2. В ценностно-ориентационной сфере:***

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

#### ***3. В коммуникативной сфере:***

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии,

отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

### **Основные требования к уровню подготовки учащихся 4 класса.**

#### **К концу обучения в 4 классе учащиеся должны знать:**

Основные понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Правила перехода дороги; правила движения на велосипедах.

Правила безопасного поведения при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажира.

Основные правила поведения на воде, при купании, отдыхе у воды, катании на лодке. Способы и средства спасания утопающих. Основные спасательные средства.

Как ориентироваться на местности. Как организовать безопасную переправу через водную преграду.

Меры пожарной безопасности при разведении костра.

Когда следует вызывать «скорую помощь» и каков порядок ее вызова.

Факторы, отрицательно влияющие на состояние здоровья (курение, алкоголь, токсикомания).

#### **К концу 4 класса дети должны уметь:**

Правильно переходить дорогу, перекресток.

Ориентироваться на местности: определять стороны горизонта по компасу и местным предметам.

Вызвать «скорую помощь», оказать первую медицинскую помощь при порезах и ссадинах, ушибе небольшом ожоге, при попадании инородного тела в глаз, ухо или нос, при укусах насекомых, собак, кошек, при кровотечении из носа.

Оказать первую медицинскую помощь при травме опорно-двигательного аппарата (кистей рук, бедра, колена).

### **Учебно-методические средства обучения**

#### **Литература:**

1. Учебник: Л.П.Анастасова, П.В.Ижевский, Н.В.Иванова. Основы безопасности жизнедеятельности. 3-4 классы. Москва. «Просвещение» 2011 г.
2. Программа. Основы безопасности жизнедеятельности. Л.П.Анастасова, П.В.Ижевский, Н.В.Иванова. М.: «Просвещение» 2008г
3. Тематическое планирование по основам безопасности жизнедеятельности. 1-4 классы \ авт.-сост. Г.Н.Шевченко. – Волгоград: Учитель, 2010

#### **Дополнительная литература**

Основы безопасности жизнедеятельности. Поурочные планы. 3 класс \ Сост. Г.Н. Шевченко. – Волгоград: Учитель, 2008

Рублях В.Э., Овчаренко Л.Н. Изучение правил дорожного движения в школе. Пособие для учителей. – М.: «Просвещение», 1976

1. Пташкина О.И. Учителю о дорожной азбуке: рекомендации по организации уроков и внеклассной работы с детьми по правилам дорожного движения/ Алма-Ата, «Рауан», 1990г.- 128с.
2. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер: 1-4 классы. – М.: ВАКО, 2008. – 304с.
3. Формирование здорового образа жизни у младших школьников/ ав.-сост. Т.Н. Захарова и др. – Волгоград: Учитель, 2009. – 174с.

#### **Наглядные пособия**

1. Наглядное пособие «Детям о правилах дорожного движения»
2. Наглядное пособие «Детям о правилах пожарной безопасности»
3. Комплект плакатов №5 «Первая медицинская помощь при чрезвычайных ситуациях»
4. Комплект плакатов №2 «Действия населения при стихийных бедствиях»

5. Куда и как обращаться за помощью.
6. Безопасность. Хорошие манеры.

**Мультимедийные материалы**

1. DVD Электронное пособие «Безопасность на улицах и дорогах»
2. Электронное пособие «Чрезвычайные приключения Юли и Ромы»
3. Электронное пособие «Сам себе МЧС»

**Тематическое планирование**

<i>№ п/ п</i>	<i>Тема урока</i>	<i>Количество во часов</i>	<i>Тип урока</i>	<i>Элементы содержания</i>	<i>Используемые пособия к уроку</i>
<b>Раздел 1 . Чрезвычайные ситуации локального характера (8ч.)</b>					
1.	Личная безопасность в подъезде. Опасные места в доме.	2	ознакомление с новым материалом	Звонок неизвестного в дверь. Определение опасных мест в доме: кран, окно, кухонные приборы.	Электронное пособие
2.	Правила поведения в лифте. Правила обращения с электроприборами. Правила обращения с газовыми приборами.	2	ознакомление с новым материалом	Многоэтажный дом , лифт. Действия детей, когда взрослых нет дома.	Электронное пособие. Иллюстрации по теме.
3.	Правила обращения с лекарствами . Пищевое отравление.	2	ознакомление с новым материалом	Домашняя аптечка. Хранение и использование лекарств. Некачественная пища.	Электронное пособие
4.	Велосипед, ролики, скейтборд. Домашние животные. Домашние растения.	2	ознакомление с новым материалом	Правила езды на велосипеде, роликах, скейтборде. ПДД Правила обращения с домашними	Электронное пособие. Плакат «Безопасность»

				животными. Ядовитые растения.	
5.	Пожары и взрывы. Пожарная безопасность.	2	ознакомлен е с новым материалом	Пожар в помещении. Действия детей. План эвакуации.	Электронное пособие.
6.	Выброс ядовитых веществ. Радиационная опасность	2	ознакомлен е с новым материалом	Правила поведения при выбросе ядовитых веществ и радиационной опасности. Сообщения по радио и телевизору.	Электронное пособие
7.	Поведение в толпе. Захват заложников . Освобождение заложников.	2	ознакомлен е с новым материалом	Действия в плотной толпе. Жертвы террористов. Правила поведения во время освобождения заложников	Электронное пособие
8.	Стихийные бедствия. Бури, ураганы, грозы, смерчи.	2	ознакомлен е с новым материалом	Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях. Правила эвакуации.	Презентация «Действия людей в условиях ЧС» План эвакуации.
9.	Землетрясения. Обвалы, оползни, сели. Снежная лавина.	2	ознакомление с новым материалом	Причины возникновения стихийных бедствий. Виды стихийных бедствий. Штормовое.	Презентация «Стихийные бедствия»
10.	Правила поведения на воде, в лодке. Помощь утопающему. Паводки и наводнения. Правила поведения на льду.	2	ознакомлен е с новым материалом	Правила поведения на водоёме. Купание, отдых у воды, катание на лодке. Способы и средства спасения утопающих. Лёд.	Таблица «Основные спасательные средства»

11.	Лесной пожар. Ядовитые грибы и ягоды. Укусы насекомых.	2	ознакомлени е с новым материалом	Причины возникновения лесных пожаров. Действия людей. Правила сбора грибов и ягод. Чем облегчить Боль от укусов.	Электронное пособие Плакат «Съедобные и несъедобные грибы»	
12.	Правила поведения в лесу. Дикие животные.	2		Лес и человек. Правила. Встреча с дикими животными.	Электронное пособие	
	Основные виды травм у детей. Первая медицинская помощь.	1	ознакомление с новым материалом	Анализ последствий опасных ситуаций в повседневной жизни и причин их возникновения	Таблица «Виды травм»	
	Носовое кровотечение. Солнечный удар.	2	применение знаний и умений	Основные виды травм у детей младшего школьного возраст та и первая медицинская помощь. Выработка умений по оказанию первой помощи при ссадинах, порезах, ожогах, укусах насекомых , носовом кровотечении , попадании инородного тела в глаз.	Инструменты и материалы для проведения практической работы.	14.
	Первая медицинская помощь при ожогах и обморожении . <i>Практ. работа 2</i> «Как правильно накладывать бинт»	2	применение знаний и умений	Ожоги, обморожения. Первые признаки нарушений кожного покрова. Первая помощь.	Презентация «Повреждение кожных покровов»	15.
	Безопасность в авиатранспорте. Безопасность в железнодорожном транспорте.	2	применение знаний и умений	Поведение вблизи железнодорожных путей, в поезде. Самолёт. Аэропорт.	Презентация «Виды транспорта»	16.



			Правила.		
Правила поведения в метро. Безопасность в наземном транспорте.	2	комбинированный	Метро. Эскалатор. Правила. Виды наземного транспорта. Правила.	Презентация «Виды транспорта»	17.
Правила перехода через дорогу. Личная безопасность.	2	применение знаний и умений	ГИБДД. Роль, функции дорожной инспекции	Электронное пособие «Безопасность на улицах и дорогах»	18.