

**Структурное подразделение центр «Точка роста»  
Бюджетного общеобразовательного учреждения  
Колосовского муниципального района Омской области  
БОУ «Строкинская СШ»**

«РАССМОТРЕНО»  
на заседании педсовета  
Протокол №1  
От «30» 08. 2024 г.

«СОГЛАСОВАНО»  
Заведующей «Точка Роста»  
\_\_\_\_\_ Савельева М.Ю.

«УТВЕРЖДАЮ»  
директор БОУ «Строкинская СШ»  
\_\_\_\_\_ С.Ю. Александрова  
Приказ № 10/3  
От «02» 09.2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«Безопасное поведение»**

**Направленность программы: СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНАЯ**

**Возраст обучающихся: 11-17 лет**  
**Класс/классы: 5-10 классы**  
**Срок реализации: 1 год.**  
**Количество часов в год: 108 часов**  
**Форма реализации: очная**  
**Уровень сложности: базовый**  
Педагог дополнительного образования:  
Петухов Константин Александрович

**с. Строкино 2024 г.**

## 1.1 Пояснительная записка

**Направленность программы:** техническая.

Данная программа рассчитана на 1 год обучения. Программа предусматривает 108 часов занятий в течение года. Рекомендуемая периодичность занятий 2 раза в неделю, по 2 часа. Продолжительность академического часа – 35 минут. Перерыв между занятиями 10 минут.

**Условия набора.**

К занятиям допускаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний, посещающие общеобразовательную школу.

Наполняемость группы - 12-15 человек.

**Формы организации детей:** индивидуальная, групповая, индивидуально-групповая (при подготовке детей к соревнованиям).

**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.

## **1.2 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.

## **1.3 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.

## 2.1 Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Раздел программы учебного курса	Количество часов
1	Основы медицинских знаний и оказание первой	32

	помощи	
2	Индивидуальная модель здорового образа жизни	20
3	Безопасность в повседневной жизнедеятельности	40
4	Информационная безопасность	16
ИТОГО		108

### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (32 ч.).**

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

Для разных возрастов сложность описываемых ситуаций может отличаться.

### **Индивидуальная модель здорового образа жизни (16 с.).**

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”.

### **Безопасность в повседневной жизнедеятельности (32 ч.).**

Представление кейсов для работы проектных групп. Выбор кейсов. Командообразование. Анализ кейса, планирование и определение результата. Формы представления результатов работы проектных команд: леги-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;

- 1.4 неисправность системы электроснабжения;
- 1.5 пожар в доме/квартире;
- 1.6 утечка газа;
- 1.7 на воде, само- и взаимопомощь на воде;
- 1.8 соблюдение правил безопасного поведения в туристических походах.

### **Информационная безопасность (8 ч.).**

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.

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	дата провед.	Наименование раздела, темы	Кол-во часов		
			всего	теория	практика
<b>Тема 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (32 ч.)</b>					
1.1.		Выбор группами кейсов для работы	1	0,5	0,5
1.2.		Анализ кейса, планирование и определение результата	1	0,5	0,5
1.3.		Изучение признаков, по которым можно определить состояние человека, причин	1	0,5	0,5
1.4.		Практическое повторение действий при данной ситуации	1		1
1.5.		Составление алгоритма действий при возникновении опасной ситуации по выбранному кейсу	1	0,5	0,5
1.6.		Составление алгоритма действий при возникновении опасной ситуации по выбранному кейсу	1	0,5	0,5
1.7.		Составление сценария диалогов - звонок в МЧС, родителям, скорую помощь со стационарного и мобильного телефона	1	0,5	0,5
1.8.		Составление сценария диалогов - звонок в МЧС, родителям, скорую помощь со стационарного и мобильного телефона	1		1
1.9.		Взаимообучение на основе созданных алгоритмов.	1		1
1.10.		Взаимообучение на основе созданных алгоритмов.	1		1
1.11.		Взаимообучение на основе созданных алгоритмов.	1		1
1.12.		Взаимообучение на основе созданных алгоритмов.	1		1
1.13.		Игра по станциям	1		1
1.14.		Игра по станциям	1		1
1.15.		Игра по станциям. Подведение итогов	1		1
1.16.		Игра по станциям. Подведение итогов	1		1
<b>Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни (16 ч.)</b>					
2.1.		Здоровый образ жизни. Компоненты индивидуальной модели здорового образа жизни.	1	0,5	0,5
2.2.		Здоровый образ жизни. Компоненты индивидуальной модели здорового образа жизни.	1	0,5	0,5
2.3.		Питание. Суточная потребность человека в питательных веществах, витаминах и воде относительно конкретного возраста	1	0,5	0,5
2.4.		Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни – внесение данных	1	0,5	0,5
2.5.		Суточная норма калорий, примерное распределение калорий при пятиразовом питании. Ежедневный и недельный рацион.	1	0,5	0,5
2.6.		Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных.	1		1
2.7.		Составление индивидуального плана питания.	1		1
2.8.		Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных.	1		1
2.9.		Формы физической активности человека относительно возраста. Виды активности, способствующие гармоничному развитию и поддержанию здоровья.	1	0,5	0,5

2.1 0.	Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - есение данных.	1		1
2.1 1.	Составление индивидуальной программы физической активности в соответствии с интересами и особенностями здоровья. Упражнения для глаз, снятия напряжения со спины.	1		1
2.1 2.	Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - есение данных.	1		1

2.13.	Микросреда человека: дом, школа и т.д. Оценка микросреды с точки зрения воздействия на здоровье человека. Рабочее и спальное место, режим проветривания.	1		1
2.14	Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных.	1		1
2.15	Завершение оформления индивидуальной модели здорового образа жизни.	1		1
2.16	Завершение оформления индивидуальной модели здорового образа жизни.	1		1
<b>Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности (32 ч.)</b>				
3.1	Представление кейсов для работы проектных групп. Выбор кейсов. Командообразование.	1	0,5	0,5
3.2	Представление кейсов для работы проектных групп. Выбор кейсов. Командообразование.	1		1
3.4	Анализ кейса, планирование и определение результата. Формы представления результатов работы проектных команд: легопрототипирование объекта, пространственный прототип объекта.	1	0,5	0,5
3.5	Анализ кейса, планирование и определение результата. Формы представления результатов работы проектных команд: легопрототипирование объекта, пространственный прототип объекта.	1		1
3.6	Алгоритм действий при возникновении ситуации, описанной в кейсе.	1		1
3.7	Алгоритм действий при возникновении ситуации, описанной в кейсе.	1		1
3.8	Разработка прототипа объектов.	1		1
3.9	Разработка прототипа объектов.	1		1
3.10	Разработка прототипа объектов.	1		1
3.11	Разработка прототипа объектов.	1		1
3.12	Подготовка сценария действий с применением прототипа объекта.	1		1
3.13	Подготовка сценария действий с применением прототипа объекта.	1		1
3.14	Подготовка речевых сценариев, в том числе звонков по стационарному и мобильному телефону, сообщений в мессенджерах	1		1
3.1	Подготовка речевых сценариев, в том числе звонков по стационарному и мобильному телефону, сообщений в мессенджерах	1		1
3.15	Проведение сценария по опасным ситуациям использования бытовых устройств, приборов, инструментов.	1		1
3.16	Проведение сценария по опасным ситуациям использования бытовых устройств, приборов, инструментов.	1		1
3.17	Проведение сценария по опасным ситуациям использования средств бытовой химии	1		1
3.18	Проведение сценария по опасным ситуациям использования средств бытовой химии	1		1
3.19	Проведение сценария по опасным ситуациям при неисправности системы электроснабжения.	1		1
3.20	Проведение сценария по опасным ситуациям при неисправности системы электроснабжения.	1		1
3.21	Проведение сценария поведения при пожаре в доме/квартире.	1		1
3.22	Проведение сценария поведения при пожаре в доме/квартире.	1		1
3.23	Проведение сценария по опасным ситуациям при утечке газа.	1		1

3.24	Проведение сценария по опасным ситуациям при утечке газа.	1		1
3.25	Проведение сценария по опасным ситуациям на воде, само- и взаимопомощи на воде.	1		1
3.26	Проведение сценария по опасным ситуациям на воде, само- и взаимопомощи на воде.	1		1
3.27	Проведение сценария по опасным ситуациям на воде, само- и взаимопомощи на воде	1		1
3.28	Проведение сценария по опасным ситуациям на воде, само- и взаимопомощи на воде	1		1
3.29	Проведение сценария по опасным ситуациям. Соблюдение правил безопасного поведения в туристических походах.	1		1
3.30	Проведение сценария по опасным ситуациям. Соблюдение правил безопасного поведения в туристических походах.	1		1
3.31	Подведение итогов обучения темы.	1		1
3.32	Подведение итогов обучения темы.	1		1
<b>Тема 4. Информационная безопасность</b>				
4.1	Личная безопасность - из чего она складывается.	1	0,5	0,5
4.2	Проверка и корректировка личных профилей в интернет.	1		1
4.3	Цифровой след - совокупность данных, которые пользователь генерирует во время пребывания в цифровом пространстве. Пассивный и активный цифровой след.	1	0,5	0,5
4.4	Цифровой след - совокупность данных, которые пользователь генерирует во время пребывания в цифровом пространстве. Пассивный и активный цифровой след.	1	0,5	0,5
4.5	Основы безопасного общения в Интернет.	1		1
4.6	Основы безопасного общения в Интернет.	1		1
4.7	Защищаем компьютер и мобильные устройства от вредоносного воздействия.	1		1
4.8	Защищаем компьютер и мобильные устройства от вредоносного воздействия.	1		1

## 4.1 Контрольно оценочные средства

### *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.

**Входящий контроль** проводится в начале учебного года для определения уровня знаний и умений детей на момент начала освоения программы.

Форма контроля: беседа, опрос.

**Текущий контроль** проводится в течение всего учебного года для определения степени усвоения обучающимися учебного материала, определения готовности детей к восприятию нового материала, повышения мотивации к освоению программы; выявления детей, отстающих и опережающих обучение; подбора наиболее эффективных методов и средств обучения для достижения планируемых результатов.

Форма контроля: педагогическое наблюдение, опрос.

**Промежуточный контроль** проводится по окончании изучения разделов. В ходе промежуточного контроля

идет определение степени усвоения обучающимися учебного материала, результатов обучения.

Форма контроля: зачетные индивидуально – командные игровые соревнования по изученным разделам.

**Итоговый контроль** проводится по итогам освоения программы в целом для определения изменения уровня развития детей.

Форма контроля: итоговое тестирование.

Формы демонстрации образовательных результатов обучения

Представление результатов образовательной деятельности проходит в форме индивидуально–командных

игровых соревнований по правилам безопасного поведения в быту и школе.

Критерии и уровни оценки достижения планируемых результатов

Уровень достижения предметных, личностных и метапредметных планируемых результатов оценивается на

основе педагогического наблюдения. По каждой из групп из планируемых результатов педагог выставляет

от 1 до 3 баллов и заносит их в Лист итогового мониторинга.

Итоговый уровень усвоения знаний и достижения результатов образовательной программы рассчитывается

по сумме баллов за каждую группу критериев и соответствует следующим показателям:

Высокий уровень – 11-15 балла;

Средний уровень – 6-10 баллов;

Низкий уровень – 1-5 баллов.

Данные заносится в Лист мониторинга.

### ЛИСТ итогового мониторинга

№	ФИ обучающегося	Планируемые результаты					ИТОГО	УРОВЕНЬ
		личностные	Предметные  (по итогам КИМ и итогового квеста)	метапредметные				
				Позн.	Регул.	Комм.		
п								
п								


## 4.2 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.
  
- 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.

## 5.2 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. 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.

#### **Интернет ресурсы для детей и родителей**

1. <https://infourok.ru/prezenticiya-po-obzh-na-temu-kak-sformirovat-individualnyu-model-zdorovogo-obraza-zhizni-8-klass-6647900.html>
2. <https://infourok.ru/statya-frazvitie-umeniya-formirovaniya-algoritma-dejstvij-v-chs-primenenii-kejs-tehnologii-4117517.html>
3. <https://infourok.ru/statya-frazvitie-umeniya-formirovaniya-algoritma-dejstvij-v-chs-primenenii-kejs-tehnologii-4117517.html>
4. <https://rusohrana.ru/obespechenie-lichnoj-bezopasnosti-v-povsednevnoj-zhizni/>