МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет по образованию Санкт-Петербурга
Администрация Приморского района Санкт-Петербурга
ГБОУ школа №644 Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Протокол № 25 от 23.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор
Петухова Т.В.
Приказ № 214 от 23.08.2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности « Школа выживания »
для обучающихся 6 класса

Санкт-Петербург 2024

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности разработана на основании Основной образовательной программы основного общего образования ОУ и в соответствии со следующими нормативными актами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения РФ № 568 от 18.07.2022 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования» (зарегистрирован 17.08.2022 № 69675);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования»;
- Письмо Министерства просвещения РФ от 05.07.2022 г. № ТВ1290/03 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Информационно-методическим письмом об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования);
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);
- Устав Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 644 Приморского района Санкт-Петербурга, утвержденного Распоряжением Комитета по образованию от 18.04.14 №128/1;
- Положение об организации внеурочной деятельности, принято Педагогическим советом ГБОУ № 644 Приморского района Санкт-Петербурга (протокол от 05.05.2022 № 11) утверждено приказом от 05.05.2022 № 119.

Рабочая программа может быть реализована в форме электронного обучения с применением дистанционных технологий.

Включение в программу обучающих компонентов способно обеспечить создание полноценной образовательной среды направленной на формирование функциональной грамотности и личностных результатов обучающихся.

Цель рабочей программы по курсу внеурочной деятельности « Школа выживания»…

- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Основные задачи, решение которых обеспечивает достижение цели:

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Содержание обучения

Раздел I.

БЕЗОПАСНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ

Глава 1. Подготовка к активному отдыху на природе

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

1.2. Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта.

1.3. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

1.4. Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту.

1.5. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, заготовка топлива, приготовление пищи на костре.

1.6. Определение необходимого снаряжения для похода.

Глава 2. Активный отдых на природе и безопасность

2.1. Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

2.2. Обеспечение безопасности в пеших и горных походах. Порядок движения походной группы. Выбор линии движения в пешем путешествии. Режим и распорядок дня похода.

Преодоление лесных зарослей и завалов, движение по склонам, преодоление водных препятствий.

2.3. Подготовка и проведение лыжных походов, одежда и обувь туриста-лыжника, подбор и подготовка лыж. Организация движения, организация ночлегов. Меры безопасности в лыжном походе.

2.4. Водные походы. Подготовка к водному путешествию. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Обеспечение безопасности на воде.

2.5. Велосипедные походы. Особенности организации велосипедных походов. Обеспечение безопасности туристов в велосипедном походе.

Глава 3. Дальний и международный туризм, меры безопасности

3.1. Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и международном туризме.

3.2. Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация к холодному климату. Акклиматизация в условиях жаркого климата.

3.3. Акклиматизация в горной местности.

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

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

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

4.1. Автономное пребывание человека в природе.

4.2. Добровольная автономия человека в природной среде.

4.3. Вынужденная автономия человека в природной среде.

4.4. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Сооружение временного укрытия из подручных средств. Добывание огня, обеспечение водой и пищей. Подача сигналов бедствия.

Глава 5. Опасные ситуации в природных условиях

5.1. Опасные погодные условия и способы защиты от них.

5.2.Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.

5.3. Укусы насекомых и защита от них.

5.4.Клещевой энцефалит и его профилактика.

Раздел II.

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Глава 6. Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи

6.1. Вопросы личной гигиены и оказания первой медицинской помощи в природных условиях. Походная аптечка. Лекарственные растения.

6.2. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и потертостях. Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях связок.
6.3. Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении. Первая медицинская помощь при ожогах.
6.4. Оказание первой медицинской помощи при укусе ядовитой змеи. Первая медицинская помощь при укусах насекомых.

Глава 7. Здоровье человека и факторы на него влияющие

7.1. Здоровый образ жизни и профилактика утомления.
7.2. Компьютер и его влияние на здоровье.
7.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.
7.4. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.
7.5. Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека.
7.6. Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ. Стадии развития наркомании. Правила четырех «Нет!» наркотикам.

Дополнительно. Безопасность дорожного движения

Обязанности пешеходов. Сигналы светофора. Движение велосипедистов. Требования, предъявляемые к велосипедистам. Правила перевозки пассажиров. Правила поведения на посадочных площадках. Особенности поведения участников дорожного движения в зимний период. Номерные и опознавательные знаки. Дисциплина на дороге – путь к дорожной безопасности. Практическое занятие с велосипедистами на площадке.

Планируемые результаты освоения учебного предмета:

Личностные результаты освоения содержания программы являются следующие умения:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;

- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

- - формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Предметные результаты освоения содержания программы являются следующие умения:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;

- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Метапредметные результаты освоения содержания программы являются следующие умения:
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- - умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

Тематическое планирование

№ п/п		Наименование разделов и тем программы .	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Безопасность человека в природных условиях	**25**	http://www.znakomplect.ru/top/out.php?id=65
	1	Подготовка к активному отдыху на природе.	6	
	2	Активный отдых на природе и безопасность	5	
	3	Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности	6	
	4	Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде.	4	
	5	Опасные ситуации в природных условиях.	4	
		Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	**9**	http://www.znakomplect.ru/top/out.php?id=65
	6	Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи.	4	
	7	Здоровье человека и факторы, на него влияющие.	5	
	Всего часов:		**34**	

Поурочное планирование

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1	Природа и человек.	1
2	Ориентирование на местности	1
3	Определение своего местонахождения и направления движения на местности	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
7	Определение необходимого снаряжения для похода. Тестирование.	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
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	Обеспечение личной безопасности при следовании наземными видами транспорта	1
16	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.	1
17	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте	1
18	Автономное существование человека в природе	1
19	Добровольная автономия человека в природной среде	1
20	Вынужденная автономия человека в природной среде	1
21	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	1
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
26	Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях	1
27	Оказание первой медицинской помощи при травмах. Тестирование.	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
30	Здоровый образ жизни и профилактика утомлений	1
31	Компьютер и его влияние на здоровье	1
32	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1
33	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	1
34	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.	1
Общее количество часов по программе:		34

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

Материалы для ученика:

1. Учебник

«Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс». Учебник для общеобразовательных учреждений/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, М., издательство «Просвещение», 2020 г.

Методические материалы для учителя:

1. 1.Смирнов А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности:
6 класс поурочные разработки/А.Т Смирнов, Б.О.Хренников, под ред. А.Т.Смирнова.-М: Просвещение, 2020.
2.ОБЖ, 5-8 кл. Школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками /авт-сост. Г.П.Попова. Волгоград: Учитель,2020

Цифровые образовательные ресурсы сети интернет:

Библиотека ЦОК (m.edsoo.ru)

http://www.school.edu.ru/catalog.asp?cat_ob_no=108&pg=1 – Каталог ресурсов по ОБЖ Российского общеобразовательного портала;

http://www.znakcomplect.ru/top/out.php?id=65 – Инструкции, учебные фильмы, иллюстрированные инструктажи, видеоинструктажи, тематические стенды и плакаты по охране труда, безопасности дорожного движения, технике безопасности, безопасности жизнедеятельности;

http://www.garant.ru/prime/20070719/6232673.htm - Методические рекомендации по организации образовательного процесса в общеобразовательных учреждениях по курсу ОБЖ;

http://www.school-collection.edu.ru/catalog/res/ - Библиотека электронных наглядных пособий по ОБЖ для 5-11 классов;

http://www.russmag.ru/pgroup.php?id=2 – Материалы журнала «Основы безопасности жизни»