

Рассмотрена и принята  
на заседании педагогического  
совета протокол № 1  
от 29.08.2023 г.



## **ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «АЗБУКА БЕЗОПАСНОСТИ»**

Возраст учащихся: 8 – 10 лет

Срок реализации: 3 года

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Азбука безопасности» для учащихся 2–4-х классов общеобразовательных организаций разработана в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования.

Данная программа предназначена для учащихся 2–4-х классов начальной школы. Данная программа способствует расширению универсальных учебных действий учащихся в области личной безопасности, формируемых в рамках интегрированного предмета «Окружающий мир» в начальной школе. Более того, данная программа закладывает широкий спектр знаний учащихся о личной и социальной безопасности, необходимый для продолжения изучения основ безопасности жизнедеятельности в рамках школьного курса «Основы безопасности жизнедеятельности».

Программа построена таким образом, что позволяет начать обучение с любого года в условиях, когда отсутствует возможность последовательно обеспечить трехлетний курс.

Формирование норм безопасного поведения, уровень подготовленности каждого человека являются определяющими факторами с точки зрения недопущения развития опасных и чрезвычайных ситуаций и минимизации их негативных последствий.

В настоящее время все очевиднее становится тот факт, что простой совокупности знаний недостаточно для того, чтобы снизить вероятность возможных рисков от чрезвычайных ситуаций. Свидетельством этому являются события последних лет – падение челябинского метеорита, наводнения на Дальнем Востоке, лесные пожары во многих регионах нашей страны и, конечно, возросший уровень детского дорожно-транспортного травматизма. В связи с этим необходимо, чтобы обеспечение безопасности жизнедеятельности являлось приоритетной целью и внутренней потребностью каждого человека, общества и государства в целом. Для этого нужно развивать иное мировоззрение, систему идеалов, норм и традиций безопасного поведения. Одним из наиболее эффективных путей достижения этой цели является формирование соответствующей культуры – культуры безопасности жизнедеятельности. В этом и заключается **актуальность и педагогическая целесообразность** разработки данной программы.

**Новизна программы.** В современной научно-педагогической литературе вопросы безопасности жизнедеятельности представлены достаточным количеством методических пособий, образовательных программ. Однако большинство программ и пособий имеют узкую направленность и предназначены для расширения кругозора учащихся в конкретном направлении – в области пожарной безопасности, сохранения и укрепления здоровья, безопасности дорожного движения и т. д. Данная программа является **комплексной**, в ней последовательно рассматриваются вопросы пожарной безопасности, правила поведения в

экстремальных условиях, безопасности в быту и на дороге, другие актуальные вопросы, направленные на обеспечение безопасности детей, сохранение и укрепление их здоровья. Реализация программы будет способствовать расширению знаний, умений, навыков учащихся, полученных на уроках русского языка и литературного чтения, физической культуры и окружающего мира, изобразительного искусства и технологии.

**Целью** программы внеурочной деятельности «Азбука безопасности» является формирование культуры безопасности младших школьников как качества личности, представленного в виде совокупности знаний и осознанных действий, направленных на понимание опасных и безопасных факторов в окружающей действительности, готовности к адекватной оценке опасной ситуации и способности выстраивать социальные взаимоотношения по обеспечению безопасных действий на уровне личности и группы.

Под термином «культура безопасности жизнедеятельности» понимается способ организации деятельности человека, представленный в системе социальных норм, убеждений, ценностей, обеспечивающих сохранение его жизни, здоровья и целостности окружающего мира.

**Задачи программы:**

- привитие учащимся основ культуры здорового образа жизни;
- развитие потребности младших школьников в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование у детей знаний о негативных факторах, наносящих вред здоровью;
- формирование компетентных знаний, умений, навыков учащихся в области безопасности жизнедеятельности;
- патриотическое, нравственное и физическое воспитание учащихся;
- формирование социальной активности и четкой гражданской позиции;
- формирование социально значимых навыков в процессе коллективной коммуникативной деятельности, формирование опыта социально значимой деятельности;
- формирование законопослушного поведения и правовой культуры.

**Особенности** содержания программы. Программа внеурочной деятельности построена с учетом следующих принципов:

- доступность знаний (конкретизация с учетом особенностей познавательной деятельности учащихся 8 – 10 лет);
- лично ориентированная модель курса (актуализация знаний, умений, навыков с точки зрения реальных способностей каждого ребенка);
- линейно-концентрическое расположение учебного материала (последовательное формирование представлений учащихся с опорой на уже имеющиеся знания и социальный опыт);

– деятельностная основа процесса обучения (практико-ориентированная направленность программы, удовлетворение потребностей детей в игровой деятельности и эмоционально-наглядной опоре познавательной деятельности).

### Формы и режим занятий

#### Режим занятий

Год обучения	Класс	Всего часов	Часов в неделю	Режим занятий
1-ый	2 класс	34	1	1 раз в неделю
2-ой	3 класс	34	1	1 раз в неделю
3-ий	4 класс	34	1	1 раз в неделю

#### Основные формы организации образовательного процесса

Год обучения	Класс	Всего часов	Из них	
			Теория	Практика
1-ый	2 класс	34	17	18
2-ой	3 класс	34	14	21
3-ий	4 класс	34	16	19

Программа внеурочной деятельности предполагает **двухуровневое обучение**:

- ✓ *первый уровень* – **информативный** (изучение правил и основ безопасности в различных условиях жизнедеятельности человека);
- ✓ *второй уровень* – **поведенческий** (закрепление социально адекватной модели поведения).

Основной формой организации образовательного процесса в рамках реализации данной программы внеурочной деятельности являются **занятия**, организация и проведение которых **предполагает**:

- ✓ задания, требующие поиска дополнительных сведений в справочниках, энциклопедиях, учебниках и прочих изданиях, в том числе по другим предметам;
- ✓ задания, при выполнении которых в конкретных ситуациях ученик должен делать самостоятельные выводы на основе сообщаемых сведений;
- ✓ игровые задания, при выполнении которых происходит взаимодействие ученика с двумя или более учащимися, формирование и отработка навыка коллективной работы на достижение положительного результата;
- ✓ имитационные игры, в которых происходит взаимодействие ученика с двумя или более учащимися, формирование и отработка навыков безопасности в повседневной жизни, чрезвычайных и экстремальных ситуациях (спортивные игры, ролевые игры и т.д.);
- ✓ задания, требующие самостоятельного выбора способа организации получаемой информации, определения последовательности действий, относительного расположения объектов;
- ✓ задания, предполагающие выполнение самостоятельных действий с техникой для приема или передачи информации об экстремальных ситуациях: безопасный

разговор по телефону с незнакомым человеком, вызов службы спасения МЧС, «скорой помощи» и т. д.;

- ✓ задания, предполагающие выполнение самостоятельных действий после оповещения населения о чрезвычайных ситуациях (сообщения по радио, телевидению и т. д.).

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Ожидается, что в результате освоения данного материала выпускники начальной школы будут

### **знать:**

- ✓ правила перехода дороги, перекрестка;
- ✓ правила безопасного поведения при следовании железнодорожным, водным и авиационным транспортом, обязанности пассажира;
- ✓ особенности жизнеобеспечения дома (квартиры) и основные причины, которые могут привести к возникновению опасной ситуации;
- ✓ характеристики водоемов в местах своего проживания, их состояние в различное время года;
- ✓ способы и средства спасания утопающих, основные спасательные средства;
- ✓ правила безопасного поведения в лесу, в поле, у водоема;
- ✓ меры пожарной безопасности при разведении костра;
- ✓ наиболее характерные для региона проживания чрезвычайные ситуации, причины их возникновения и последствия;
- ✓ систему обеспечения безопасности жизнедеятельности населения в местах проживания;
- ✓ опасные погодные явления, наиболее характерные для региона проживания;
- ✓ места с неблагоприятной экологической обстановкой в районе проживания и правила безопасного поведения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой;
- ✓ основные термины и понятия, относящиеся к здоровью и здоровому образу жизни;

### **помнить:**

- ✓ основные правила безопасности при использовании электроприборов и других бытовых приборов, бытового газа, а также препаратов бытовой химии;
- ✓ рекомендации по соблюдению мер безопасности при купании, отдыхе у водоемов;
- ✓ порядок и правила вызова экстренных служб;

### **обладать навыками:**

- ✓ разводить и гасить костер;
- ✓ ориентирования на местности;
- ✓ действовать в неблагоприятных погодных условиях, в том числе в лесу, в поле,

- у водоема;
- ✓ действовать в условиях возникновения чрезвычайной ситуации в регионе проживания;
- ✓ оказания первой медицинской помощи при порезах, ожогах, укусах насекомых, кровотечении из носа, попадании инородного тела в глаз, ухо или нос, при отравлении пищевыми продуктами.

У учащихся *будут сформированы* индивидуальные навыки здорового образа жизни, а также убеждения о пагубном влиянии вредных привычек на личное здоровье.

### **Система оценки результатов реализации программы**

Оценка полученных знаний в области безопасности жизнедеятельности осуществляется во время проведения игр и бесед, при судействе конкурсов и викторин, выставке творческих работ, защите исследовательских проектов. Одним из критериев усвоения вопросов безопасности является успешное выполнение учащимися различных нормативов, участие детей в спортивных мероприятиях и соревнованиях различного уровня.

Данная программа внеурочной деятельности не подразумевает конкретную оценку деятельности школьников, но предполагает поощрения в различных формах: призы, грамоты, благодарность и т.д.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов	Всего часов	Из них		
			2 класс	3 класс	4 класс
1	Вводное занятие	3	1	1	1
2	Дорожная азбука	27	9	9	9
3	Азбука безопасности	27	9	9	9
4	Азбука здоровья	27	9	9	9
5	Основы медицинских знаний	21	7	7	7
<b>Всего</b>		<b>102</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>34</b>

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

2 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем занятий	Всего часов	Из них	
			Теория	Практика
<b>I</b>	<b>Введение</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
1.1	Вводное занятие	1	1	
<b>II</b>	<b>Дорожная азбука</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
2.1.	Дорога в школу и домой	1		1
2.2	Пешеход, водитель, пассажир	2	1	1
2.3	Опасности на улицах и дорогах	2	1	1
2.4.	Правила поведения на тротуаре, пешеходной дорожке, обочине	2	1	1
2.5	Что означают дорожные знаки	2	1	1
<b>III</b>	<b>Азбука безопасности</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
3.1	Основы безопасности	1	1	
3.2	Берегись огня!	3	1	2
3.3	Безопасность на воде	2	1	1
3.4	Если разыгралась стихия...	3	1	2
<b>IV</b>	<b>Азбука здоровья</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
4.1	Зачем нам здоровье	2	1	1
4.2	Личная гигиена	2	1	1
4.3	Вредные привычки	2	1	1
4.4	Укрепляй здоровье	2	1	1
<b>V</b>	<b>Основы медицинских знаний</b>	<b>7</b>	<b>4</b>	<b>3</b>
5.1	Первая помощь	1	1	
5.2	Первая помощь при травмах	2	1	1
5.3	Первая помощь при укусах насекомых и животных, ожогах, порезах	2	1	1
5.4	Первая помощь при отравлении пищевыми продуктами	2	1	1
<b>Всего</b>		<b>34</b>	<b>17</b>	<b>17</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

2 класс

### Раздел I. Введение

#### Тема 1.1. Вводное занятие.

*Теория.* Знакомство с учащимися. Цели и задачи программы внеурочной деятельности. Правила поведения и техника безопасности на занятиях внеурочной деятельности.

### Раздел II. Дорожная азбука



### **Тема 2.1. Дорога в школу и домой**

*Теория.* Правила дорожного движения. Безопасность на улицах и дорогах. Правила перехода проезжей части и перекрестков.

*Практика.* Составление безопасного маршрута «Путь в школу». Игра «Безопасный путь» (компьютерная игра).

### **Тема 2.2. Пешеход, водитель, пассажир.**

*Теория.* Понятия «пешеход», «водитель», «пассажир». Правила дорожного движения для различных категорий участников дорожного движения.

*Практика.* Сочинение «Дорожная сказка».

### **Тема 2.3. Опасности на улицах и дорогах.**

*Теория.* Какими бывают опасности. Причины опасных ситуаций на улицах и дорогах. Опасности на дорогах в зимний и летний период.

*Практика.* Составление кроссворда «Опасность на дороге». Дидактическая игра «Можно – нельзя».

### **Тема 2.4. Правила поведения на тротуаре, пешеходной дорожке, обочине**

*Теория.* Правила движения пешеходов. Движение пешеходов в городе и за городом.

*Практика.* Подвижная игра «Гуськом» (командная игра-соревнование – кто быстрее пройдет между двумя досками, не задев их). Составление памятки «Правила поведения на шоссе за городом». Заполнение таблицы «Характеристика дорог».

<b>Городская дорога</b>	<b>Загородная дорога</b>
Движение двустороннее или одностороннее	Движение двустороннее
Есть тротуары и обочины	Нет тротуаров, есть обочина
Ходить можно по правой стороне тротуара	Ходить гуськом по обочине

### **Тема 2.5. Что означают дорожные знаки**

*Теория.* Регулировка дорожного движения. Дорожные знаки. Сигналы светофора и регулировщика. История появления дорожных знаков и светофора.

*Практика.* Конкурс рисунков «Нарисуй знак». Ролевая игра «Соблюдай ПДД». Дидактическая игра «Исправим подписи к знакам».

## **Раздел III. Азбука безопасности**

### **Тема 3.1. Основы безопасности**

*Теория.* Понятия «безопасность», «личная безопасность», «социальная безопасность». Система безопасности семьи, общества и государства. Единая дежурно-диспетчерская служба. Телефоны служб спасения и охраны общественного порядка.

### **Тема 3.2. Берегись огня**

*Теория.* Пожар в общественном месте. Паника. Правила поведения при пожаре. Лесные, торфяные пожары. Костры и последствия их разжигания. Предупреждение отравления угарным газом при пожаре.

*Практика.* Изготовление ватно-марлевой повязки. Выполнение норматива по одеванию противогаза. Дидактическая игра «Найди безопасный выход из здания». Учебная эвакуация.

### **Тема 3.3. Безопасность на воде**

*Теория.* Водоемы. Особенности состояния водоемов в разное время года. Правила поведения на водоемах. Правила обращения с водой в быту. Правила купания в оборудованных и необорудованных местах. Правила безопасного поведения на берегу водоемов во время отдыха.

*Практика.* Решение ситуационных задач, составление рассказов по рисунку, отработка навыков пользования спасательным кругом, концом Александрова.

### **Тема 3.4. Если разыгралась стихия...**

*Теория.* Понятия «стихия», «стихийные бедствия». Виды стихийных бедствий (землетрясение, цунами, оползень, сель и т.д.). Правила поведения в условиях стихийных бедствий.

*Практика.* Составление схемы «Последовательность действий при...» (по выбору педагога). Конкурс рисунков «Стихийные бедствия».

## **Раздел IV. Азбука здоровья**

### **Тема 4.1. Зачем нам здоровье**

*Теория.* Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Способы сохранения и укрепления здоровья. Факторы, укрепляющие здоровье.

*Практика.* Сочинение «Я и мое здоровье». Конкурс плакатов «За здоровый образ жизни».

### **Тема 4.2. Личная гигиена**

*Теория.* Понятия «гигиена», «личная гигиена». Предметы личной гигиены. Соблюдение личной гигиены. Личная гигиена дома, в школе, в общественном транспорте, походе.

*Практика.* Дидактическая игра «Выбери предметы личной гигиены».

### **Тема 4.3. Вредные привычки.**

*Теория.* Понятие «вредные привычки». К чему ведут вредные привычки. Виды вредных привычек.

*Практика.* Конкурс рисунков «Вредные привычки».

### **Тема 4.4. Укрепляй здоровье.**

*Теория.* Сохранение и укрепление здоровья. Утренняя гимнастика/зарядка и распорядок дня. Правильное питание – залог здоровья.

*Практика.* Составление распорядка дня. Выполнение упражнений утренней гимнастики/зарядки.

## Раздел V. Основы медицинских знаний

### **Тема 5.1. Первая помощь.**

*Теория.* Понятие «первая помощь». Виды и способы оказания первой помощи.

### **Тема 5.2. Первая помощь.**

*Теория.* Травмы. Виды травм. Причины травматизма людей. Признаки получения травм. Правила оказания первой помощи при различных травмах. Как избежать травм.

*Практика.* Отработка практических навыков по оказанию первой помощи при травмах.

### **Тема 5.3. Первая помощь при укусах насекомых и животных, ожогах, порезах.**

*Теория.* Ожоги и порезы. Укусы животных и насекомых. Виды ожогов. Раны, типы ран (открытые и закрытые). Способы оказания первой помощи при открытых и закрытых ранах. Правила оказания первой помощи при укусах животных и насекомых.

*Практика.* Отработка практических навыков по оказанию первой помощи при укусах животных и насекомых, порезах и ожогах.

### **Тема 5.3. Первая помощь при отравлении пищевыми продуктами.**

*Теория.* Пищевые продукты. Понятие «отравление». Порядок действий при пищевых отравлениях. Оказание первой помощи.

*Практика.* Спортивная эстафета с элементами оказания первой помощи.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

3

класс

№ п/п	Наименование разделов, тем занятий	Всего часов	Из них	
			Теория	Практика
<b>I</b>	<b>Введение</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
1.1	Вводное занятие	1	1	
<b>II</b>	<b>Дорожная азбука</b>	<b>9</b>	<b>3</b>	<b>6</b>
<b>2.1.</b>	Почему дети попадают в дорожные аварии	1		1
<b>2.2</b>	Как появился автомобиль и правила дорожного движения	2	1	1
<b>2.3</b>	Светофор и знаки	3	1	2
<b>2.4</b>	Безопасность во дворе и на перекрестках	3	1	2
<b>III</b>	<b>Азбука безопасности</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>3.1</b>	Если случилась беда...	1	1	
<b>3.2</b>	Если ты потерялся	3	1	2
<b>3.3</b>	Безопасность в природе	2	1	1
<b>3.4</b>	Один дома	3	1	2
<b>IV</b>	<b>Азбука здоровья</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>5</b>
<b>4.1</b>	Здоровый образ жизни	2	1	1
<b>4.2</b>	Занимайся спортом	2		2
<b>4.3</b>	Основы правильного питания	2	1	1
<b>4.4</b>	В гостях у Мойдодыра	2	1	1
<b>V</b>	<b>Основы медицинских знаний</b>	<b>7</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>5.1</b>	Лекарственные и ядовитые растения	3	1	2
<b>5.2</b>	Первая помощь при отравлении газами	2	1	1
<b>5.3</b>	Психические реакции при авариях. Особенности оказания помощи	2	1	1
<b>Всего</b>		<b>34</b>	<b>14</b>	<b>20</b>

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

3 класс

#### Раздел I. Введение

##### Тема 1.1. Вводное занятие.

*Теория.* Знакомство с учащимися. Цели и задачи программы внеурочной деятельности. Правила поведения и техника безопасности на занятиях внеурочной деятельности.

## Раздел II. Дорожная азбука

### **Тема 2.1. Почему дети попадают в дорожные аварии.**

*Теория.* Понятие «ДТП». Причины ДТП. Как дети попадают в ДТП.

*Практика.* Ролевая игра «Причины ДТП». Словесная игра «Закончи предложение».

### **Тема 2.2. Как появился автомобиль и правила дорожного движения.**

*Теория.* Автомобиль. История автомобилестроения. Безопасность в автомобиле. История правил дорожного движения.

*Практика.* Имитационная игра «Останови нарушителя». Командная игра «Найди ошибку в правилах».

### **Тема 2.3. Светофор и знаки.**

*Теория.* Беседа «Вспомним, что мы знаем о дорожных знаках».

*Практика.* Дидактическая игра «Наведем порядок в городе» (на рисунке-схеме «Город» дети помещают дорожные знаки, делают дорожную разметку и делают свои пояснения).

### **Тема 2.4. Безопасность во дворе и на перекрестках.**

*Теория.* Понятия «двор», «перекресток». Правила поведения во дворах и на перекрестках.

*Практика.* Дидактическая игра «Можно – нельзя». Ролевая игра «Беседа с сотрудником ГИБДД». Конкурс рисунков «Нарисуй свой знак» (по правилам поведения во дворе).

## Раздел III. Азбука безопасности

### **Тема 3.1. Если случилась беда.**

*Теория.* Если случилась беда. Экстренная ситуация. Что делать в экстренной ситуации. Телефоны экстренных служб.

*Практика.* Имитационная игра «Позвони» (обучающиеся должны по описанию ситуации либо по картинке определить, какую службу спасения необходимо вызвать по телефону, что сообщить)

### **Тема 3.2. Если ты потерялся.**

*Теория.* Если ты потерялся в магазине, городе, лесу. Правила поведения.

*Практика.* Составление памятки «Если ты потерялся». Викторина «Как действовать, если...».

### **Тема 3.3. Безопасность в природе.**

*Теория.* Природа. Как вести себя на природе. Правила безопасности при экскурсии на природу, организованном групповом и самостоятельном отдыхе на природе.

*Практика.* Составление памятки «Внимание, ожидается гроза!». Экскурсия на природу.

### **Тема 3.4. Один дома.**

*Теория.* Правила поведения дома. Если ты остался один. Что может произойти дома. Телефоны экстренных служб.

*Практика.* Составление рассказа «Когда я был один дома...» (описание экстренной ситуации, произошедшей с ребенком, когда он остался один дома).

## **Раздел IV. Азбука здоровья**

### **Тема 4.1. Здоровый образ жизни.**

*Теория.* Здоровый образ жизни. Как не заболеть. Здоровье окружающих. Профилактика простудных заболеваний.

*Практика.* Конкурс рисунков «Сохраним и приумножим здоровье».

### **Тема 4.2. Занимайся спортом.**

*Практика.* Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья» (спортивные мероприятия с участием родителей).

### **Тема 4.3. Основы правильного питания.**

*Теория.* Основы питания. Ежедневный рацион. Диета. Полезные продукты. Мед и молоко – наши верные друзья.

*Практика.* Подготовка и защита исследовательских работ (по группам) на тему «О вкусной и здоровой пище» (обучающиеся сравнивают полезные и вредные продукты питания).

### **Тема 4.4. В гостях у Мойдодыра.**

*Теория.* Купание. Закаливание. Беседа о соблюдении личной гигиены. Проблема гигиены в произведениях литературы (сказки «Федорино горе», «Мойдодыр» К.И. Чуковского и т.д.).

*Практика.* Подготовка и защита исследовательских работ (по группам) на тему «Самая лучшая зубная паста/ мыло/шампунь».

## **Раздел V. Основы медицинских знаний**

### **Тема 5.1. Лекарственные и ядовитые растения.**

*Теория.* Виды растений. Лекарственные и ядовитые растения.

*Практика.* Сбор и оформление гербария. Презентация гербария.

### **Тема 5.2. Первая помощь при отравлениях газами.**

*Теория.* Понятия «газы», «удушение», «отравление газами». Виды газов. Чем вредны газы. Первая помощь при отравлении газами.

*Практика.* Изготовление средств защиты органов дыхания. Отработка навыков оказания первой помощи при отравлении угарным газом.

### **Тема 5.3. Психические реакции при авариях. Особенности оказания помощи.**

*Теория.* Понятия «стресс», «паника». Как вести себя при панике. Стресс без дистресса.

*Практика.* Составление памятки «Как побороть панику».

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

4

класс

№ п/п	Наименование разделов, тем занятий	Всего часов	Из них	
			Теория	Практика
<b>I</b>	<b>Введение</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
1.1	Вводное занятие	1	1	
<b>II</b>	<b>Дорожная азбука</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
2.1	Его величество, велосипед	2	1	1
2.2	Железная дорога	2	1	1
2.3	Правила поведения в транспорте	3	1	2
2.4	Сезонные опасности на дороге	2	1	1
<b>III</b>	<b>Азбука безопасности</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
3.1	Чрезвычайные ситуации	2	1	1
3.2	Если ты попал в заложники	2	1	1
3.3	Правонарушения и закон	2	1	1
3.4	Спасатели, кто они?	3	1	2
<b>IV</b>	<b>Азбука здоровья</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
4.1	Иммунитет	2	1	1
4.2	Инфекционные заболевания	2	1	1
4.3	Неинфекционные заболевания	2	1	1
4.4	Профилактика простудных заболеваний	2	1	1
<b>V</b>	<b>Основы медицинских знаний</b>	<b>7</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
5.1	Правила и способы транспортировки пострадавших	2	1	1
5.2	Обмороки	2	1	1
5.3	Переохлаждение и перегревание. Тепловой и солнечный удары	3	1	2
<b>Всего</b>		<b>35</b>	<b>16</b>	<b>18</b>

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

4 класс

#### Раздел I. Введение

##### Тема 1.1. Вводное занятие.

*Теория.* Знакомство с учащимися. Цели и задачи программы внеурочной деятельности. Правила поведения и техника безопасности на занятиях внеурочной деятельности.

## Раздел II. Дорожная азбука

### Тема 2.1. Его величество, велосипед

*Теория.* Как правильно подобрать велосипед. Правила управления велосипедом. Положения Правил дорожного движения РФ для велосипедистов. Подача сигналов.

*Практика.* Игра-соревнование «Учимся правильно кататься на велосипеде».

### Тема 2.2. Железная дорога.

*Теория.* Правила безопасного поведения в зоне железной дороги. Железнодорожный переезд. Как пересекать железнодорожный переезд. Правила .

*Практика.* Составление памятки «Если рядом поезд».

### Тема 2.3. Правила поведения в транспорте.

*Теория.* Транспорт. Виды транспорта. Правила поведения пассажира.

*Практика.* Ролевая игра «Пассажир и водитель». Постановка спектакля «Нерадивый пассажир».

### Тема 2.4. Сезонные опасности на дороге.

*Теория.* Обсуждение ситуаций «Ночь на дороге», «Идет дождь», «На улице туман». Почему затрудняется вождение автомобиля. Как вести себя в таких условиях на улицах и дорогах». Дорога летом и зимой.

*Практика.* Составление памятки «Внимание! Плохая Погода!». Дидактическая игра «Нарисуй знак» (обучающиеся должны изобразить свой знак, предупреждающий об опасности на дороге из-за плохой погоды).

## Раздел III. Азбука безопасности

### Тема 3.1. Чрезвычайные ситуации.

*Теория.* Понятие о чрезвычайных ситуациях. Виды чрезвычайных ситуаций. Происхождений чрезвычайных ситуаций. Система предупреждения и оповещения. Ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций. Легенды о конце света. Чрезвычайные ситуации в произведениях литературы, живописи, кинематографа, библейских рассказах.

*Практика.* Составление кроссворда на тему «Чрезвычайные ситуации природного характера». Обсуждение репродукций «Девятый вал» И.К. Айвазовского, «Последний день Помпеи» К.П. Брюллова (какие стихийные бедствия изображены на репродукциях, что автор хотел донести до зрителя через картину и т.п.). Чтение и обсуждение поэмы Н.А. Некрасова «Дедушка Мазай и зайцы».

### Тема 3.2. Если ты попал в заложники.

*Теория.* Террористические акты. Заложники и террористы. Правила поведения при терактах. Правила поведения заложников.

*Практика.* Составление памятки «Если ты попал в заложники».

### Тема 3.3. Правонарушения и закон.



*Теория.* Закон и порядок. Что такое правонарушение. Преступление и проступок.

*Практика.* Ролевая игра «Встать, суд идет!». Выпуск бюллетеня «Человек и закон».

### **Тема 3.4. Спасатели, кто они?**

*Теория.* Спасательные и правоохранительные органы РФ. Задачи службы спасения. Телефоны службы спасения. Добровольные формирования спасателей.

*Практика.* Экскурсия в МКУ «Управление по делам ГО и ЧС Старооскольского городского округа», экскурсия во 2-ой отряд ФПС по Белгородской области. Беседа с сотрудниками МЧС России. Конкурс рисованного мультфильма «Спасатели спешат на помощь».

## **Раздел IV. Азбука здоровья**

### **Тема 4.1. Иммуитет**

*Теория.* Что такое иммунитет. Как поддерживать иммунитет. Иммунодефицит. Витамины. Авитаминоз.

*Практика.* Сочинение «Витамины и мы». Круглый стол «О пользе витаминов». Брейн-ринг «Витамины на службе здоровья».

### **Тема 4.2. Инфекционные заболевания.**

*Теория.* Понятие «инфекционные заболевания». Типология инфекционных заболеваний. Механизмы распространения инфекционных заболеваний. Инфекционные заболевания людей и животных. Профилактика инфекционных заболеваний.

*Практика.* Составление памятки «Профилактика инфекционных заболеваний». Беседа с медицинским работником образовательного учреждения.

### **Тема 4.3. Неинфекционные заболевания.**

*Теория.* Понятие «неинфекционные заболевания». Типология неинфекционных заболеваний. Способы распространения неинфекционных заболеваний. Неинфекционные заболевания людей и животных. Профилактика неинфекционных заболеваний.

*Практика.* Составление памятки «Профилактика неинфекционных заболеваний». Беседа с медицинским работником образовательного учреждения.

### **Тема 4.4. Профилактика простудных заболеваний.**

*Теория.* Понятие «простудные заболевания». ОРВИ. Грипп. Профилактика простудных заболеваний.

*Практика.* Составление памятки «Профилактика простудных заболеваний». Спортивный праздник «День здоровья» (с участием родителей).

## **Раздел V. Основы медицинских знаний.**

### **Тема 5.1. Правила и способы транспортировки пострадавших.**

*Теория.* Правила и способы транспортировки пострадавших. подручные средства, применяемые для транспортировки пострадавших.

*Практика.* Изготовление подручных средств транспортировки пострадавших. Отработка навыков транспортировки пострадавших.

### **Тема 5.2. Обмороки.**

*Теория.* Понятие «обморок». Причины обмороков. Потеря сознания. Длительная потеря сознания. Правила оказания первой помощи потерявшему сознание.

*Практика.* Составление памятки «Первая помощь при потере сознания».

### **Тема 5.3. Переохлаждение и перегревание. Тепловой и солнечный удары.**

*Теория.* Понятия «тепловой удар», «солнечный удар». Переохлаждение и перегревание организма. Причины и признаки переохлаждения и отморожения. Причины и признаки теплового и солнечного ударов. Первая помощь.

*Практика.* Составление памяток «Первая помощь при перегревании», «Первая помощь при отморожении». Составление памятки «Первая помощь при тепловом, солнечном ударе». Отработка навыков оказания первой помощи при тепловом, солнечном ударах.

# УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

## *Методические рекомендации по организации образовательного процесса в рамках внеурочной деятельности.*

### ***Формы и режим занятий***

Место проведения занятия определяется педагогом исходя из темы и имеющихся возможностей и условий. Так, изучение некоторых тем целесообразно организовывать в спортзале, на школьном дворе или на территории микрорайона школы (например, по безопасности на дорогах). Темы, связанные с патриотическим воспитанием и включающие информацию (вопросы) о спасателях, защитниках Отечества и т.д., целесообразно изучать с использованием возможностей соответствующих музеев, уголков боевой славы и т.д. Занятия, освещающие вопросы природы или безопасности на природе, рационально проводить в ходе экскурсии в краеведческий музей, школьный сад, парк, лес и т.п.

Для более полного и качественного усвоения материала по тематике безопасности жизнедеятельности рекомендуются следующие формы проведения занятий во внеурочное время: занятия-сказки, занятия-викторины, брейн-ринги, комбинированные занятия, самостоятельные занятия, занятия-экскурсии, игры-тренировки в составе класса, практические занятия по отработке навыков поведения в опасных ситуациях и оказания само- и взаимопомощи. На усмотрение педагога формами занятий могут быть также целевые прогулки, напоминание, ситуативный разговор, сюжетно-ролевые игры, моделирование, ведение календаря, игры-экспериментирования.

Формы работы являются общими для различных программ, они характеризуют процесс, а не его содержание.

Например, экскурсия в пожарную часть может быть решена как длительная культурно-досуговая программа, включающая в себя комплекс мероприятий: интерактивную беседу с просмотром видеосюжета, музыкальный конкурс, мастер-класс по изготовлению сувениров для пожарных, собственно посещение пожарной части и т.д.

Занятия-экскурсии целесообразно организовывать для изучения соответствующих тем и при наличии дополнительного времени.

Особенность программы внеурочной деятельности состоит в том, что овладение знаниями происходит в процессе самостоятельной деятельности учащихся и их взаимодействия в ходе подготовки и проведения мероприятия. При проведении большинства занятий реализуется модель «развлечение + обучение».

Огромный потенциал внеурочной деятельности заложен в творческих конкурсах по теме обеспечения безопасности жизнедеятельности. Так, например, школьник, продумывая рисунок, макет или выступление, оказывается в проблемной ситуации, вынуждающей его вспомнить, повторить и закрепить

правила безопасного поведения. Данная деятельность важна и с социально-педагогической точки зрения - ребенок учится общаться, получает социальный опыт, повышает свою самооценку и уверенность в своих возможностях. Данные конкурсы не требуют от участников специальной пожарно-прикладной и спасательной подготовки, открывая дорогу детям, имеющим желание реализовываться в творческом направлении (игра на сцене, изготовление костюмов и декораций).

При решении проблем, связанных с поиском инновационных программ обучения детей младшего школьного возраста, целесообразным представляется использование классических схем, хорошо зарекомендовавших себя в дидактике.

Обучение младших школьников через игру является известным методическим подходом (Д.Б. Эльконин, В.Л. Данилова, П.Я. Гальперин). Обучающие игры — это метод и форма организации учебной деятельности, характеризующаяся наличием двух блоков целей и задач: педагогических (образовательных, воспитательных, развития личности) и игровых. Есть игровой результат (тематический сувенир за участие в игре-конкурсе) и есть педагогический результат (сформированный алгоритм действий). Соответственно и мотивация участников также характеризуется двуплановостью: желание достижения конкретного игрового результата и познавательная мотивация, направленная на эффективность учебной деятельности. Педагогической задачей в данном аспекте является создание в процессе игры мотивационной системы, в которой познавательные мотивы будут играть доминирующую роль в общей системе мотивации. Целью таких мероприятий является как творческое осмысление полученных знаний в области коллективной безопасности жизнедеятельности, так и мониторинг уровня усвоения теоретических знаний.

Данная методика в настоящее время получила широкое распространение и педагогическое обоснование. В данном случае настоящая программа в какой-то степени нацелена на то, чтобы облегчить процесс «погружения» учащихся в круг терминов, в предметно-вещевой мир профессий пожарного, спасателя и специалиста в области гражданской обороны через творческую и игровую деятельность.

Наиболее востребованной игровая методика становится при работе с младшим школьным возрастом, который является временем активного творческого поиска ответов на волнующие ребенка вопросы. Используя игры при обучении безопасности школьников младших классов, необходимо учитывать ряд психолого-педагогических особенностей данного возраста, в частности, значимость публичного одобрения в присутствии товарищей его поступков и достижений, через соревнование со сверстниками, через многие другие действия и ситуации, затрагивающие социальный престиж ребенка.

Игровая деятельность дает возможность ребенку самому оценить полученные навыки и предоставляет возможность педагогического наблюдения в целях мониторинга успешности усвоения им навыков в области безопасности.

Младшим школьникам свойственны трудолюбие и самостоятельность, развитая способность к саморегуляции, способность часами в одиночку заниматься любимым делом (Л.Ф. Обухова), в том числе играть в настольно-печатные игры, игры-пазлы и т.д. Педагог может вместе с детьми разрабатывать и изготавливать простейшие дидактические игры. Интерес детей к занятиям с использованием данных форм будет намного выше.

*Например:*

*Достаточно проста в исполнении небольшая дидактическая игра «Узнай дорожный знак».*

*Для игры необходимо иметь несколько комплектов карточек, изображающих основные дорожные знаки (пешеходный переход, светофор и т.д.). Педагог предлагает играющим рассмотреть знаки, обращает внимание на их форму, цвет, содержание. В игровых комплектах на обратной стороне каждого знака приведено его название и краткая характеристика, эта информация используется до начала конкурса. Затем играющие, индивидуально или в составе команды по 3—5 человек, по очереди называют знак, который показывает педагог на карточке или с помощью мультимедиа системы. Побеждает команда, сумевшая узнать больше знаков.*

*Другой вариант игры заключается в том, что играющим предлагается с помощью карточек оснастить знаками пожарной безопасности схему или макет здания. Побеждает команда, выполнившая работу быстро и правильно. Практика показывает, что данная игра пользуется успехом у детей младшего школьного возраста.*

К дидактическим играм относятся задания «Дорисуй рисунок», «Помоги найти безопасный выход», «Укрась елку безопасными игрушками», «Кто из детей действует неправильно».

Педагог может организовывать сюжетно-ролевые игры, логически связанные с темами, изучаемыми на уроках «Окружающий мир». Занятия по проблемам личной и общественной гигиены можно провести как сюжетно-ролевые игры по мотивам сказки К.И. Чуковского «Федорино горе» или В. Коростылева «Королева Зубная щетка».

Викторины (познавательные, познавательно-развлекательные, интеллектуальные) развивают умение находить оригинальные решения, что и требуется для обучения детей в области безопасности жизнедеятельности. Для проведения викторины педагог использует задания рабочей тетради, а также может предварительно составить дополнительные вопросы по теме. Викторина проводится как соревнование учеников, которые получают баллы за правильные ответы.

Брейн-ринг – вид более сложной викторины, это соревнование двух команд, которые должны дать ответ на вопрос за определенное время и получить за это зачетные очки. Для проведения брейн-ринга также требуется подготовка вопросов по теме.

Игры-тренировки и практические занятия проводятся для отработки навыков поведения и правильных действий в опасных ситуациях в быту, школе, на улице и на природе, а также для изучения основ оказания само- и взаимопомощи.

Внеурочная деятельность, как уже указывалось, подразумевает привлечение родителей к формированию культуры безопасности в рамках семейного воспитания детей и подростков. Большой интерес представляют конкурсы семейных команд с элементами спасательной тематики, проводимые в рамках праздничных программ.

Хорошо себя зарекомендовала методика «Встречи с интересными людьми», когда на занятие приглашаются специалисты и сотрудники МЧС России. Присутствие значимого взрослого, к тому же в красивой форме, включает психологические механизмы активизации познавательной деятельности.

При подготовке к занятиям по внеурочной деятельности педагогу рекомендуется пользоваться ресурсами образовательного портала «ОБЖ.ру» (<http://www.obzh.ru>), на котором собраны программно-методические по организации обучения ОБЖ в урочное и внеурочное время.

### **Рекомендации по подготовке и проведению тренировок в составе организованной группы школьников (класса) при проведении эвакуации из здания школы**

*Цель проведения тренировок:* отработка практических навыков и действий при возникновении опасных и чрезвычайных ситуаций в школе.

*Периодичность проведения тренировок:*

– практические тренировки в общеобразовательных учреждениях по действиям при возникновении пожара должны проводиться не реже одного раза в полугодие (Правила пожарной безопасности в Российской Федерации ППБ 01-2003 (п. 16);

– тренировки по действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций природного или техногенного характера проводятся один раз в год («Положение о подготовке населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», утвержденное постановлением Правительства РФ от 4 сентября 2003 г. № 547).

Таким образом, в общеобразовательных учреждениях в обязательном порядке должны проводиться следующие виды тренировок:

- отработка действий при возникновении пожара;
- отработка действий при возникновении чрезвычайных ситуаций.

*Дата и время проведения тренировок* определяется исходя из нормативных документов территориального органа управления образованием и планов образовательного учреждения.

*Уровни тренировок:* в составе класса (отдельной группы) и общешкольная.

*Этапы тренировок:* подготовительный и практический.

Подготовительный этап включает:

- проверку и закрепление теоретических знаний;
- наглядную демонстрацию отдельных элементов тренировки;
- инструктаж по мерам безопасности при участии в тренировке;
- инструктаж о ходе проведения тренировки);
- определение порядка проведения тренировки (последовательности действий учеников).

Практическая часть тренировки заключается в непосредственном проведении тренировки в составе класса для практического закрепления полученных знаний и навыков.

*Возможные отработываемые учебные вопросы тренировок:* порядок и последовательность действий, меры безопасности, порядок эвакуации из здания школы, правила пользования подручными средствами индивидуальной защиты органов дыхания, порядок и способы оказания первой помощи и др.

*Краткое описание возможного порядка подготовки и проведения тренировки.*

Определяя тему и продолжительность тренировки, необходимо исходить из основного требования – обеспечить глубокую и всестороннюю проработку учебных вопросов.

Успех проведения тренировки в значительной степени зависит от тщательности и объема подготовительной работы, полноты и качества разработанных документов, продуманности мероприятия.

Тренировка в составе класса проводится для отработки действий учеников и преподавателя при возникновении опасных и чрезвычайных ситуаций перед общешкольной тренировкой. Учениками 1 – 4-ых классов могут отработываться действия при пожаре, ЧС природного и техногенного характера и др. Порядок подготовки и проведения тренировок в целом одинаков.

В ходе подготовительной части тренировки проводится инструктивное занятие с учениками. Ученикам даются необходимые знания, которые они закрепляют на практике в ходе тренировки. В подготовительной части также уточняется порядок проведения тренировки, последовательность действий учеников, меры безопасности. Рассказывается и показывается способ изготовления подручных средств защиты органов дыхания и их эффективность, способы оказания первой помощи пострадавшим и т.д.

О начале тренировки свидетельствует сигнал «Внимание всем!», который подается через систему локального оповещения. Он может быть подан тревожной сигнализацией, речевым оповещением или через резервные сигналы (с этой целью устанавливается единый общий сигнал «Внимание всем!»).

При проведении инструктивного занятия учитель объясняет порядок и правила действий при получении сигнала «Внимание всем!» и дальнейшие действия учеников.

Наиболее эффективной и действенной мерой является проведение тренировки по эвакуации.

#### *Проведение тренировки по эвакуации.*

Эвакуация является наиболее распространенной и действенной мерой безопасности при возникновении пожара, ЧС различного характера и угроз террористического характера.

Тренировки по эвакуации рекомендуется проводить трех видов:

- тренировка по эвакуации из помещения (класса, столовой, спортзала и пр.);
- тренировка по эвакуации из здания школы отдельной организованной группой школьников;
- общешкольная тренировка эвакуации из здания школы.

Каждый вид тренировки имеет свой алгоритм действий и особенности:

#### *1. Тренировка по эвакуации из помещения.*

Цель — организованный и быстрый выход школьников из помещения, в данном примере — классной комнаты. Действия педагога:

- напоминает, что портфели, ранцы не должны лежать в проходах между рядами, загромождать их и мешать выходу;
- объясняет последовательность выхода учеников из класса: сначала выходит ближайший к выходу ряд, затем следующий и т.д., ученики идут колонной (цепочкой, один за другим);
- по секундомеру засекает время от поступления сигнала «Внимание всем!» и команды на проведение эвакуации до выхода из класса последнего ученика.

Хорошим считается результат, при котором все ученики (до 25 человек) выходят из помещения менее чем за минуту. Отличным считается результат, при котором 15 человек выходят из класса за 15+5 секунд, 20 человек — за 20+7 секунд, 25 человек – за 25+10 секунд и т.д.

#### *2. Тренировка по эвакуации из здания школы отдельной организованной группой школьников.*

Цель – изучение основных путей эвакуации из здания школы (основной и запасные выходы).

Действия педагога:

##### *2.1. Разрабатывает несколько различных маршрутов, например:*

- от классной комнаты до запасного выхода;
- от помещения столовой до основного выхода;
- от спортзала до запасного выхода и т.д.

Основная задача – определение ближайшего выхода из здания.

##### *2.2. Проводит пошаговую тренировку:*

- группа проходит по определенному маршруту, изучая его особенности;
- группа следует по маршруту на время;



– условия прохождения маршрута усложняются дополнительными вводными (например, условия задымления, загазованности, загромождения выходов и т.п.).

2.3. По окончании отработки действий проводит обсуждение действий учащихся и подводит итоги.

3. *Общешкольная тренировка эвакуации из здания школы* проводится в соответствии с типовым положением о проведении тренировок в образовательных учреждениях и на основании приказа директора школы.

Цель – отработка действий в условиях массовой эвакуации.

Задачи педагога:

- быть готовым принимать решения в экстренной ситуации;
- организовать максимально безопасный режим действий группы учащихся;
- выбирать самый короткий и наиболее безопасный маршрут следования;
- действиями группы не создавать заторов;
- выбрать оптимальную скорость движения и т.д.

В заключительной части педагог подводит итоги мероприятий, отмечает недостатки и положительные действия учащихся.

### **Особенности проведения дополнительных видов (разновидностей) тренировок**

Для более полного усвоения учащимися правил и порядка проведения эвакуации могут проводиться дополнительные виды (разновидности) тренировок:

- действия по эвакуации во время перемены, когда дети одного класса (одной группы) находятся в различных местах школы;
- действия при невозможности эвакуации (например, очаг возгорания перекрыл пути эвакуации);
- действия по оказанию первой помощи пострадавшим;
- действия по угрозе радиационного, химического заражения в районе расположения школы.

При объявлении по громкой связи об эвакуации учащихся необходимо построить детей в колонну по два человека перед проемом учебного кабинета. При этом следить, чтобы среди детей не возникало паники, никто не спорил, не толкался и не выходил из строя при дальнейшем движении. Личные вещи с собой брать не нужно. Преподаватель обязательно должен взять с собой журнал посещаемости занятий (классный журнал). Далее производится выход из кабинета по запланированному пути эвакуации<sup>2</sup>.

Каждый преподаватель должен знать местонахождение ближайшего запасного выхода и возможные маршруты следования до него (они указаны в плане эвакуации).

В зависимости от сложившейся обстановки маршрут следования может меняться. В связи с этим преподаватель должен быть готовым самостоятельно принимать решение в экстренной ситуации (выбирать самый короткий и наиболее безопасный маршрут следования, избегать мест большого скопления народа и не созда

вать их самим, выбирать оптимальную скорость движения и т.д.).

*При пожаре.*

При пожаре возникает сильное задымление. Необходимо объяснить ученикам, что во время пожара опасен не столько сам огонь, как дым от него, так как он быстро проникает в легкие и вызывает отравление. В связи с этим, при объявлении пожарной тревоги перед выходом из класса необходимо защитить органы дыхания, используя подручные средства защиты.

Для этого предварительно (перед тренировкой) проводится практическое занятие по изготовлению подручных средств защиты органов дыхания (например, ватно-марлевой повязки). В качестве подручных средств защиты органов дыхания можно применять одежду, носовые платки, любые кусочки ткани, закрыв ими нос и рот. В случае сильного задымления пространства сокращается видимость и усложняется процесс передвижения. В этом случае передвигаться необходимо вдоль стены, взявшись за руки (ни в коем случае не идти наугад). Можно использовать переносные средства освещения.

Добравшись до аварийного выхода, учитель выводит детей на пришкольную территорию, заранее определенную для подобных ситуаций. Далее проводится проверка учащихся согласно журналу посещаемости и подведение итогов тренировки (эвакуации). Преподаватель отмечает недостатки в действиях и поведении отдельных учащихся, а также учащихся, показавших себя с лучшей стороны.

*Для справки*

*Одной из основных причин гибели людей на пожарах является отравление продуктами горения. Особенно велика опасность отравления в зданиях повышенной этажности, где верхние этажи даже при незначительном пожаре быстро заполняются нагретым воздухом и дымом.*

*Медико-биологическими исследованиями установлено, что опасными для жизни человека являются воздействия на него температур 60—70°C, вдыхание продуктов горения при содержании в них 0,5% окиси углерода или 10% углекислого газа, пребывание в помещении с пониженным содержанием кислорода. Большую угрозу представляет дым, заполняющий помещения и приводящий к потере видимости. Сильное дымообразование при горении жилых помещений начинается через 4—5 минут. Известно, что человек может пройти в задымленных помещениях не более 8—10 м, затем он теряет ориентировку и уже не может выйти в безопасное место.*

*Если сигнал «Внимание всем!» прозвучал во время перемены.*

Если сигнал «Внимание всем!» прозвучал во время перемены, когда часть детей находится в классе, а часть – за его пределами, дети должны знать, как им действовать. Если они находятся в непосредственной близости от своего класса, необходимо вернуться в класс и выполнять все указания преподавателя. Если их месторасположение удалено от классного кабинета, необходимо зайти в ближайший учебный кабинет, где занимается другой класс, и обратиться к преподавателю, назвав свою фамилию и класс. В случае, когда поблизости никого нет, необходимо следовать к ближайшему выходу, защитив органы дыхания подручными средствами, при этом надо слушать указания, передаваемые по громкой связи. Месторасположение аварийных выходов указано в плане эвакуации, в некоторых школах на стенах расположены зеленые стрелки, указывающие путь к выходу из школы. Над выходами горят зеленые таблички с надписью «Выход». После выхода на улицу необходимо связаться с любым преподавателем, сообщить свою фамилию и класс. Ответственный преподаватель должен удостовериться, что ученик находится в безопасности.

*При чрезвычайной ситуации, связанной с выбросом АХОВ.*

При чрезвычайной ситуации, связанной с выбросом аварийных химически-опасных веществ (АХОВ), необходимо оставаться в классе, приняв меры по герметизации помещения и защите органов дыхания подручными средствами. Преподаватель должен знать порядок герметизации помещений и уметь организовать его проведение.

Герметизация помещений включает в себя уплотнение дверных и оконных проемов, отверстий для вентиляции подручными средствами: одеждой, тряпками, бумагой, ватой, марлей, скотчем и др.

При объявлении эвакуации передвигаться к ближайшему запасному выходу нужно быстро, в колонне по два человека, держась за руки и защитив органы дыхания. Преподаватель должен знать, какие защитные сооружения закреплены за учебным учреждением, их месторасположение и ближайший путь следования к ним.

*Для справки*

*Первая помощь при поражении АХОВ включает в себя общие мероприятия и специфические мероприятия, зависящие от свойств конкретного АХОВ. Специфическая помощь оказывается в зависимости от группы и типа АХОВ, а также от тяжести поражения.*

**Таблица АХОВ по характеру воздействия**

<b>Характер действия на</b>	<b>Наименование вещества</b>
Вещества раздражающего действия	Хлор, треххлорный фосфор, хлорокись фосфора, сернистый ангидрид, фтор, фтористый водород, хлористый водород, бромистый водород, окислы азота, этиленмин, метиламин, метилакрилат, этиленсульфид,
Вещества прижигающего	Соляная кислота, аммиак

Вещества действия	удушающего	Фосген, хлорпикрин
Вещества действия	общетоксического	Сероводород, сероуглерод, окись этилена, синильная кислота, хлорциан, акролеин, акрилонитрил, ацетонитрил, ацетонциагидрин, мышьяковистый водород

### Примерный план проведения тренировки в составе класса по отработке действий в случае возникновения пожара

*Цель тренировки:* практическая отработка комплекса мероприятий по защите детей при возникновении пожара:

- ✓ применение подручных средств защиты органов дыхания;
- ✓ эвакуация;
- ✓ оказание первой помощи.

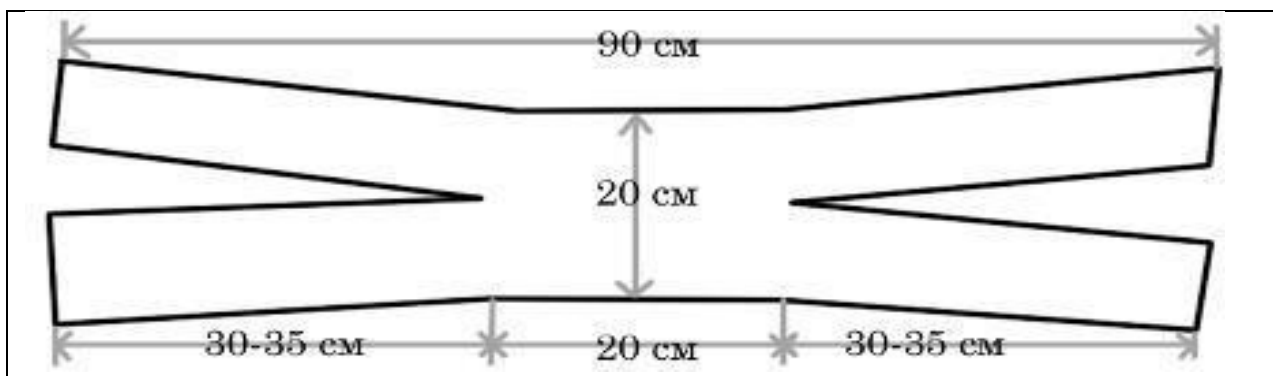
*Время проведения:* 1 учебный час (45 мин) Материальное обеспечение:

- ✓ переносной магнитофон с записью сигнала «Внимание всем!» и речевым сообщением об эвакуации;
- ✓ карманный фонарик (1 шт.);
- ✓ ватно-марлевые повязки (для каждого участника тренировки).

№ п/п	Отрабатываемые вопросы	Время	Действия учителя	Действия обучающихся
1	Проверка теоретических знаний учащихся	13 мин	Проводит опрос учащихся по теме тренировки. Дополняет ответы учеников. Напоминает основные правила и требования при проведении эвакуации из здания школы. Примеры вопросов: 1. Каким способом подается сигнал в случае пожара? 2. Где находится запасной выход? 3. Чем опасен дым от горения? и т.д.	Отвечают на поставленные вопросы, дополняют ответы одноклассников
2	Действия по сигналу «Внимание всем!»	7 мин	Доводит до детей установленный сигнал «Внимание всем!». Порядок действий: — выстраивает детей в классе в колонну по два человека;	Строятся в колонну по два человека, берутся за руки.

			— дает указание приготовить ватно-марлевые повязки и взяться за руки. Следит за порядком в целях предотвращения паники	Готовят ватно-марлевые повязки. Ждут дальнейших указаний учителя
3	Получение речевого сообщения об эвакуации и ее проведение	5 мин	Доводит до учащихся речевое сообщение о проведении эвакуации. Организовано выводит учеников из кабинета. Обеспечивает быстрый и наиболее безопасный выход	Следуют за учителем в колонну по два. По указанию учителя (при
4	Преодоление задымленного участка в школе	5 мин	Дает указание детям в обязательном порядке надеть ватно-марлевые повязки, пригнуть голову как можно ниже к полу и передвигаться друг за другом вдоль стенки, держась за	Надевают ватно-марлевые повязки. Нагибают голову
5	Выход из здания школы и построение на пришкольной территории	7 мин	Строит учащихся на пришкольной территории в три шеренги. Проверяет наличие учащихся согласно журналу посещения.	Строятся в три шеренги. Участвуют в пере-
6	Заключительная часть	8 мин	Указывает на ошибки, допущенные учениками в ходе проведения тренировки. Отмечает положительные	Отвечают на поставленные учителем

## Рекомендации по изготовлению ватно-марлевой повязки



1. Ватно-марлевая повязка является самым простейшим средством защиты органов дыхания. Ее изготавливают из куска марли размером 90x50 см.



2. На середину кладут ровный слой ваты размером 20 x 20 см, толщиной 1-2 см



3. С обеих сторон марлю загибают по всей длине, накладывая на вату.



4. Оставшиеся по длине марли концы разрезают на 25-30 см с каждой стороны для завязывания



Допускается обшивание концов.

5. Готовая повязка.



6. Надетая повязка должна закрывать подбородок, рот и нос до глаз. Концы повязки завязывают: нижние на темени, верхние на затылке.



### Рекомендации по отработке навыка одевания противогаза

В «боевое» положение противогаз переводится по команде. Для одевания противогаза необходимо:

задержать дыхание и закрыть глаза

снять головной убор и зажать его между коленями

вынуть шлем противогаза из сумки, взять его обеими руками за утолщённые края у нижней части так, чтобы все пальцы, за исключением больших, были внутри шлема

приложить нижнюю часть шлема под подбородок и, передвигая пальцы снизу вверх по краю шлема, натянуть его на голову так, чтобы не было складок, а очки были точно против глаз

сделать резкий выдох, открыть глаза, возобновить дыхание и одеть маску

норматив выполнения

уровень	время
низкий	10 сек
средний	8 сек
высокий	6 сек

**ПАМЯТКА**  
**для учащихся школ**  
**при нахождении на территории железнодорожного транспорта**

Учащиеся школ!

Помните, что железнодорожный транспорт является производством повышенной опасности.

Поэтому во избежание несчастных случаев при пользовании услугами железнодорожного транспорта необходимо строго соблюдать меры личной безопасности.

Находясь на территории железных дорог, будьте внимательны и осторожны, не переходите через железнодорожные пути в неустановленных местах и не перебегайте их перед движущимся поездом. Помните, что поезд сразу остановить нельзя.

Для перехода через пути пользуйтесь переходными мостами, пешеходными настилами и переездами, смотрите на указатели, прислушивайтесь к подаваемым сигналам.

При следовании поездом в школу и из школы домой соблюдайте правила проезда в поездах:

- Не садитесь и не выходите на ходу поезда,
- входите в вагон и выходите из вагона при полной остановке поезда и только с той стороны, где имеется посадочная платформа.

Проезд на крышах, подножках, переходных площадках и в тамбурах вагонов, а также в грузовых поездах запрещается.

Разрешается проезд только пассажирскими поездами.

Выходя на междупутье, Вы рискуете попасть под проходящий поезд.

Нельзя играть и ходить вблизи железнодорожного полотна и на путях, подлезать под вагоны.

Не влезайте на крыши пассажирских и грузовых вагонов — Вас может поразить электротоком.

Не подвергайте свою жизнь опасности. Оберегайте себя и других от несчастных случаев на железнодорожном транспорте.

**БЕРЕГИТЕ СВОЮ ЖИЗНЬ И ЖИЗНЬ ТОВАРИЩЕЙ!**

**ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПЕШЕХОДОВ**  
**В ЗОНЕ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА:**

1.1 Пешеходы должны переходить на железнодорожные пути только в установленных местах, пользуясь при этом пешеходными мостами, тоннелями,



переездами. На станциях, где мостов и тоннелей нет, граждане должны переходить железнодорожные пути по настилам, а также в местах, где установлены указатели «Переход через пути».

1.2 Перед переходом пути по пешеходному настилу необходимо убедиться в отсутствии движущегося поезда, локомотива или вагонов.

1.3 При приближении поезда, локомотива или вагонов следует остановиться, пропустить их и, убедившись в отсутствии движущегося подвижного состава по соседним путям, продолжить переход.

1.4 Подходя к железнодорожному переезду, граждане должны внимательно следить за световой и звуковой сигнализацией, а также положением шлагбаума. Переходить пути можно только при открытом шлагбауме, а при его отсутствии, прежде чем перейти пути, необходимо убедиться, не приближается ли к переезду поезд, локомотив или вагон.

### **ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

1. Ходить по железнодорожным путям.
2. Переходить и перебегать через железнодорожные пути перед близко идущим поездом, если расстояние до него менее 400 метров.
3. Переходить через путь сразу же после прохода поезда одного направления, не убедившись в отсутствии следования поезда встречного направления.
4. Переходить железнодорожные переезды при закрытом шлагбауме или показании красного сигнала светофора переездной сигнализации.
5. На станциях и перегонах подлезать под вагоны и перелезать через автосцепки для прохода через путь.
6. Проходить вдоль железнодорожного пути ближе 5 метров от крайнего рельса.
7. Проходить по железнодорожным мостам и тоннелям, не оборудованным дорожками для прохода пешеходов.
8. Подлезать под закрытый шлагбаум на железнодорожном переезде, а также выходить на переезд, когда шлагбаум начинает закрываться.
9. Подниматься на опоры, а также прикасаться к спускам, идущим от опоры к рельсу, приближаться самому или с помощью приспособлений к находящимся под напряжением проводам или частям контактной сети на расстоянии менее 2 метров.
10. Приближаться к лежащему на земле электропроводу на расстоянии ближе 8 метров.
11. Становиться или садиться на рельс.
12. Прикасаться к электрическому оборудованию вагонов как непосредственно, так и через какой-либо предмет.

### **2.ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПассажиРОВ:**

2.1 Посадку (высадку) в вагоны следует производить только после полной остановки поезда.

2.2 Выход из вагона и посадку в них необходимо производить только со стороны перрона или посадочной платформы. Малолетних детей следует держать за руку

или на руках.

### **ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

1. Проезжать на крышах, подножках, переходных площадках вагонов.
2. Посадка и высадка на ходу поезда.
3. Высовываться из окон вагонов и дверей тамбуров на ходу поезда.
4. Стоять на подножках и переходных площадках, открывать двери вагонов на ходу поезда, задерживать открытие и закрытие автоматических дверей пригородных поездов.
5. Проезжать в грузовых поездах.
6. Проезжать в поездах в нетрезвом состоянии.
7. Оставлять детей без присмотра на посадочных платформах и в вагонах.
8. Провозить в вагонах легковоспламеняющиеся и взрывчатые вещества.
9. Выходить из вагона на междупутье и стоять там при проходе встречного поезда.
  10. Прыгать с платформы на железнодорожные пути.
  11. Устраивать на платформе различные подвижные игры.
  12. Курить в вагонах (в том числе в тамбурах) пригородных поездов, в неустановленных для курения местах в поездах местного и дальнего сообщения.
  13. Бежать по платформе рядом с вагоном прибывающего или уходящего поезда, а также находиться ближе двух метров от края платформы во время прохождения поезда без остановки.
  14. Подходить к вагону до полной остановки поезда.
  15. Самовольно без надобности останавливать поезд.

### **Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

<b>Наименование</b>	<b>Количество (шт).</b>
Учебный класс	1
Спортивный зал	1
<b>Оргтехника</b>	
Компьютер / ноутбук	1
Проектор	1
Экран	1
Принтер	1
<b>Спортивный инвентарь</b>	
Мячи футбольные	1
Мячи волейбольные	2
Мячи теннисные	12
Фишки для оббегания	10
Скамейка гимнастическая	4

Велосипед	В наличии у учащихся
Самокат	В наличии у учащихся
<b>Противопожарный инвентарь</b>	
Огнетушитель порошковый	1
Огнетушитель углекислотный	1
Варежки пожарные	1
<b>Медицинский инвентарь</b>	
Носилки	1
Жгут кровоостанавливающий	1
Шины	6
Бинт эластичный	5
Бинт стерильный	10
<b>Методические материалы</b>	
Комплект плакатов «Правила дорожного движения»	1
Комплект плакатов «Действия в условиях ЧС»	1
Комплект карточек «Дорожные знаки»	1
Комплект плакатов «Оказание первой помощи»	1
Комплект плакатов «Пожарная безопасность»	1
Комплект плакатов «Здоровый образ жизни»	1
Комплект плакатов «Электробезопасность»	1
Комплект мультфильмов «Азбука безопасности»	1
Комплект мультипликационных фильмов «Осторожно, Дети!»	1
Мультипликационный фильм «Светофор»	1
Видеофильм «Электробезопасность»	1
Мультипликационный фильм «Правила электробезопасности для детей»	1
Компьютерная игра «Безопасный путь»	1
Комплект презентаций «В помощь педагогу»	1

### Список литературы

#### Для учащихся и их родителей:

1. Безопасность на дорогах. Учебник тетрадь для 2, 3, 4 классов. – М.: ЭНАС, 2006. – 48 с.
2. Богачева О.П., Дубягин Ю.П. Школа выживания. Или 56 способов защитить ребенка от преступления. – М.: Пихта, 1997. – 287 с.

3. Дорога и Я. Учебно-методический комплект для 2 – 4-ых классов. – М.:Renault, 2009. – 32 с.

4. Дорожная безопасность: Учебная книжка-тетрадь. “Дорожная безопасность: обучение и воспитание младшего школьника”/ Под общей ред. В.А.Фёдорова. М.: Издательский Дом Третий Рим, 2002. – 32с.: ил.

5. Тихомирова О.И. Пособие по пожарной безопасности. – Москва: ЭНАС, 2008. – 64 с.

6. Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности: Учеб. Для учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений . – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2000. – 157 с.: ил.

#### Для педагога:

1. Байбородова Л.В., Индюков Ю.В. методика обучения основам безопасности жизнедеятельности. Методическое пособие. – М.: ВЛАДОС, 2003. – 272 с.

2. Безопасность на дорогах. Учебник тетрадь для 2, 3, 4 классов. – М.: ЭНАС, 2006. – 48 с.

3. Богачева О.П., Дубягин Ю.П. Школа выживания. Или 56 способов защитить ребенка от преступления. – М.: Пихта, 1997. – 287 с.

4. Виноградова Н.Ф. программа и поурочно-тематическое планирование по курсу «Безопасность на дорогах» для детей младшего школьного возраста. – М.: ЭНАС-Класс, 2007. – 48 с.

5. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя. – М.: Просвещение, 2010. – 223 с.

6. Дорога и Я. Учебно-методический комплект для 2 – 4-ых классов. – М.:Renault, 2009. – 32 с.

7. Козловская Е.А., Козловский С.А. Дорожная безопасность: обучение и воспитание младшего школьника. Учебно-методическое пособие для общеобразовательных учреждений и системы дополнительного образования / Под общей редакцией В.А. Федорова. – М.: «Третий Рим», 2002. – 80 с.

8. Обеспечение безопасности детей в быту. Ответственность родителей. /Методические рекомендации для родителей./ Составители: Никифоров А.А, Политова Р.И. – Белгород, БелРИПКППС, 2009. – 30 с.

9. Поливанова К.Н. Проектная деятельность школьников: пособие для учителя. – М.: Просвещение, 2011. – 192 с.

10. Правила дорожного движения РФ. – М., 2013. – 28 с.

11. Тихомирова О.И. Пособие по пожарной безопасности. – Москва: ЭНАС, 2008. – 64 с.