

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



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«МОЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»
ДЛЯ 1 КЛАССА
НА 2023/2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

Пояснительная записка.

Рабочая программа внеурочной деятельности кружка «Моя безопасность» (социальное направление) для 1 класса составлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО второго поколения, на основе авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности» (авторы: Л.П.Анастасова, П.В.Ижевский, Н.В. Иванова) для учащихся 1-4 классов образовательных учреждений.

На изучение курса «Моя безопасность» по внеурочной деятельности в 1 классе отводится 33 занятия – по 1 занятию в неделю (с сентября по май) продолжительностью 35 минут. Главное условие - не перегружать обучаемого.

Основная цель: формирование социального опыта школьника и осознание им необходимости применять полученные знания в нестандартной ситуации.

В соответствии с целью определяются **конкретные задачи:**

- развитие у детей чувства ответственности за свое поведение, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- стимулирование у ребенка самостоятельности в принятии решений и выработка умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни;
- привитие учащимся начальных знаний, умений и навыков в области безопасности жизни;
- формирование у детей научно обоснованной системы понятий основ безопасности жизнедеятельности;
- выработка необходимых умений и навыков безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования сформирована с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- факторы риска, имеющие место в образовательных учреждениях, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;
- активно формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;

Наиболее эффективным путём формирования культуры здорового и безопасного образа жизни является направляемая и организуемая взрослыми (учителем, воспитателем, психологом, взрослыми в семье) самостоятельная

работа, способствующая активной и успешной социализации ребёнка в образовательном учреждении, развивающая способность понимать своё состояние, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и питания, правил личной гигиены.

Разработка программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, а также организация всей работы по её реализации строится на основе научной обоснованности, последовательности, возрастной и социокультурной адекватности, информационной безопасности и практической целесообразности

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

- Применять современные формы и методы обучения и воспитания детей, направленные на предупреждение несчастных случаев на улицах и дорогах
- Создание условий для формирования у школьников устойчивых навыков безопасного поведения на улицах и дорогах.
- Формировать и развивать у учащихся целостное восприятие окружающей среды,
- Наблюдательность.
- Видеть движение машин, концентрировать внимание на них, адекватно реагировать на изменившуюся дорожную обстановку.
- Научить предвидеть опасность при езде на велосипеде, обучить правилам обращения с ним для безопасности окружающих.
- Сформировать у обучающихся устойчивые знания и навыки соблюдения и выполнения Правил дорожного движения.
- Расширить словарный запас по дорожной лексике.
- Привлечь учащихся школы к активной работе по пропаганде Правил дорожного движения.
- Поддерживать у родителей обучающихся устойчивый интерес к безопасности и здоровью детей как участников дорожного движения.
- Способствовать изучению у детей и изучение приемов оказания первой медицинской помощи пострадавшим при дорожных происшествиях.

ЗАДАЧИ:

1. Предоставить обучающимся базовое образование в рамках государственных стандартов.
2. Сформировать у обучающихся устойчивые знания и навыки соблюдения и выполнения Правил дорожного движения.
3. Применять современные формы и методы обучения, инновационные технологии, направленные на предупреждение несчастных случаев на улицах и дорогах.

4. Поддерживать у родителей обучающихся устойчивый интерес к безопасности и здоровью детей как участников дорожного движения.
5. Использовать материально-технический потенциал школы и другие ее возможности для обучения и воспитания грамотных участников дорожного движения.
6. Отслеживать результативность работы всех учеников с помощью системы мониторинговой деятельности.
7. закрепить представление о необходимости заботы о здоровье; важности правильного питания как составной части сохранения и укрепления здоровья;
8. закрепить знания о здоровом питании, необходимости витаминов в пище;
9. воспитывать чувство ответственности за своё здоровье;
10. формировать активный познавательный интерес к окружающему миру.

Отличительные особенности данной программы.

Программа рассчитана на полный курс обучения детей в начальной школе и адаптирована для учащихся начальной школы. В процессе обучения возможно проведение корректировки сложности заданий и внесение изменений в программу, исходя из опыта детей и степени усвоения ими знаний правил дорожного движения, формирование представлений о здоровье, мотивации на здоровый образ жизни посредством рационального питания; расширение знаний о полезных продуктах и витаминах содержащихся в них.

Во время занятий для снятия излишней возбудимости детей, создания непринужденной и творческой атмосферы используются видеокассеты с записями.. В процессе обучения формируются, совершенствуются и закрепляются умения и навыки. В частности, умение соблюдать культуру поведения.

Формы и методы обучения

В процессе занятий используются различные формы занятий: традиционные, комбинированные и практические занятия; экскурсии, игры, праздники, конкурсы, встречи с медицинскими работниками, инспекторами ГИБДД.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, и т.д.);
- наглядный (показ видео и мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, и др.)
- практический (выполнение работ по инструкционным картам, схемам и др.).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;
- исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятиях:

- фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;
- индивидуально-фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- групповой – организация работы в группах;
- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Реализация мероприятий, предусмотренных программой, позволит:

- включить в работу учащихся школы, педагогов, родителей.
- создать условия для формирования у школьников устойчивых знаний и навыков безопасного поведения на улицах и дорогах, что позволит повысить интерес к безопасности и здоровью детей, как участников дорожного движения.
- знание о ценности своего здоровья и здоровья других людей для самореализации каждой личности, и о том вреде, который можно нанести здоровью различными действиями;
- знание о взаимозависимости здоровья физического и нравственного, здоровья человека и среды, его окружающей;

Способы фиксации результатов:

- Проведение аттестации учащихся в начале, середине и конце года.
- Составление диагностической карты «Оценка результатов освоения программы».

Формы подведения итогов

- Составление альбома лучших работ.
- Проведение выставок работ учащихся:

- Участие в школьных выставках.

Формы подведения итогов реализации программы внеурочной деятельности «Моя безопасность в моих руках.»:

- проекты
- копилка достижений.

Программа предусматривает достижение 3-х уровней результатов:

Первый уровень результатов (1 класс)	Второй уровень результатов (2-3 класс)	Третий уровень результатов (4 класс)
Предполагает приобретение первоклассниками новых знаний, опыта решения задач по различным направлениям. Результат выражается в понимании детьми сути деятельности кружка, поэтапно решать задачи поставленные учителем.	Предполагает позитивное отношение к базовым ценностям общества, в частности к образованию и самообразованию. Результат проявляется в активном использовании школьниками предлагаемого на кружке материала, самостоятельно решению проблем, приобретении опыта самостоятельного поиска, систематизации информации.	Предполагает получение школьниками самостоятельного социального опыта. Проявляется в участии школьников в реализации социальных проектов по самостоятельно выбранному направлению. Итоги реализации программы могут быть представлены через презентации проектов, участие в конкурсах, выставках.

Занятия проводятся один раз в неделю с 1 сентября по 25 мая.

Год обучения	Количество часов
1 год	33
2 год	34
3 год	34
4 год	34

Учебно-тематический план.

1 год обучения

№ п/п	Наименование блоков	Количество часов теории	Количество часов практики	Всего часов
1	Введение	1	-	1
2	Безопасность и защита ребенка в ЧС.	10	9	19
3	Уроки дорожной безопасности	4	-	4
4	Основы здорового образа жизни.	4		4
5	Опасные ситуации в жизни	5		5

Итого :33 часа

2 год обучения

№ п/п	Наименование блоков	Количество часов теории	Количество часов практики	Всего часов
1		1	-	1
2	Безопасность и защита человека в ЧС.	10	9	19
3	Уроки дорожной безопасности	4	-	4
4	Основы здорового образа жизни.	4	-	4
5	Опасные ситуации .	4	-	4

Итого: 34 часа

3 год обучения

№ п/п	Наименование блоков	Количество часов теории	Количество часов практики	Всего часов
1	Введение	1	-	1
2	Безопасность и защита человека в ЧС.	3		3
3	Уроки дорожной безопасности	7	4	11
4	Основы здорового образа жизни.	10	2	12
5	Опасные ситуации.	7	-	7

Итого: 34 часа

4 год обучения

3

№ п/п	Наименование блоков	Количество часов теории	Количество часов практики	Всего часов
1	Введение	1	-	1
2	Безопасность и защита человека в ЧС.	6	1	7
3	Уроки дорожной безопасности	8	1	9
4	Основы здорового образа жизни.	14	2	16
5	Опасные ситуации	1	-	1

Итого: 34 часа.

Содержание программы

1 КЛАСС

I. Защита человека в чрезвычайных ситуациях.

- Чрезвычайные ситуации. Общие понятия
- Общие понятия опасности и чрезвычайной ситуации.

II. Основы здорового образа жизни

- Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни»
- Режим дня первоклассника,
- необходимые условия, обеспечивающие сохранение и укрепление его здоровья.
- умственная и физическая работоспособность, профилактика переутомления.

Основы личной гигиены

- Как ухаживать за своим телом.

III. Основы медицинских знаний, оказание первой медицинской помощи.

- Основные виды травм у детей младшего школьного возраста
- Ожоги. Как уберечься от ожогов.
- Оказание медицинской помощи при порезах, ожогах, укусах насекомых

IV. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.

- безопасное поведение дома
- возможные опасные ситуации, которые могут возникнуть дома.
- электричество и газ как источники возможной опасности.
- опасности, возникающие при нарушении правил поведения в жилище.

Пожарная безопасность и поведение при пожаре.

- огонь и человек.
- причина возникновения пожаров в доме.
- дым и его опасность.
- правила безопасного поведения при возникновении пожара в доме.

V. Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера.

- Опасные ситуации, которые могут возникнуть при контактах с незнакомыми людьми.
- правила безопасного общения с незнакомыми людьми на улице, в подъезде, по телефону,
- в случае если незнакомец стучится или звонит в дверь.
- где можно и где нельзя играть.

1 Безопасное поведение на улицах и дорогах.

- Наиболее безопасный путь в школу и домой.
- Правила перехода дорог. Движение пешеходов.
- Дорожные знаки. Сигналы светофора и регулировщика.
- Мы — пассажиры, обязанности пассажира.

2. Безопасное поведение на природе

- Температура окружающего воздуха, ее влияние на здоровье человека.
- Одежда по сезону. Погодные условия (ветер, дождь, снег),
- правила поведения.

2 класс

I. Защита человека в чрезвычайных ситуациях

Чрезвычайные ситуации

- Какими бывают чрезвычайные ситуации.
- Чрезвычайные ситуации природного происхождения.
- Наводнения, причины -наводнений. Мероприятия по защите от наводнений.

II. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Болезни, их причинны и связь с образом жизни

- От чего зависит наше здоровье. Как живет наш организм, из чего состоит тело человека.
- мышцы, кости и суставы; сердце и кровеносные сосуды, желудок и кишечник.
- Органы дыхания.
- Болезни и их возможные причины. Пути передачи инфекционных заболеваний.
- Заноза, кровотечение, укус, ушиб.

Первая медицинская помощь при отравлении пищевыми продуктами

Отравления. Причины отравлений. Признаки отравлений. Первая помощь при отравлении грибами.

III. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся

Безопасное поведение на воде.

- Чем опасны водоемы зимой. Меры предосторожности при движении по льду водоемов.
- Правила купания в оборудованных и необорудованных местах. Правила поведения на пляже.

Безопасное поведение на природе.

- Чистый воздух, его значение для здоровья человека, причины загрязнения.
- Правила безопасного поведения в лесу, в поле, у водоема.
- Как ориентироваться в лесу. Правила поведения.
- Как вести себя на реке зимой.
- Опасные ситуации в природе: дождь, гроза, снегопад и др.
- Ядовитые растения, грибы, ягоды, меры безопасности.
- Опасные животные и насекомые.
- Правила поведения при встрече с опасными животными и насекомыми, меры защиты от них.

Безопасное поведение на дорогах

- Движение пешеходов по дорогам. Элементы дорог.
- правила перехода дорог. Перекрестки. Сигналы светофора и регулировщика.
- Правила перехода дорог при высадке из транспортного средства. Обязанности пассажира. Безопасная поза при аварийной ситуации в транспорте.
- Безопасное поведение на улицах и дорогах. Где можно и где нельзя играть.

3 КЛАСС

Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся

Безопасное поведение на дорогах

- Движение пешеходов по дорогам. Правостороннее и левостороннее движение.
- Элементы дорог. Дорожная разметка. Перекрестки. Их виды.
- Переходим дорогу, перекресток. Сигналы светофора и регулировщика.
- Виды транспортных средств. Специальные транспортные средства.

- Сигналы, подаваемые водителями транспортных средств. Скорость движения городского транспорта.

- Состояние дороги, тормозной путь автомобиля..

Мы — пассажиры

- Безопасность пассажиров. Обязанности пассажиров.

- Правила посадки в транспортное средство и высадки из него.

- Поведение при угрозе и во время аварии. Безопасная поза.

Пожарная безопасность и поведение при пожаре

- Пожар в общественных местах (школа, кинотеатр),

- причина пожаров. Правила поведения при возникновении пожара в общественных местах.

- Страх, навыки безопасного поведения.

- Возникновение пожара в общественном транспорте, правила поведения.

Безопасное поведение дома

- Лифт — наш домашний транспорт.

- Меры безопасности при пользовании предметами бытовой химии.

Профилактика отравлений.

- Соблюдение мер безопасности при пользовании электрическими приборами в быту.

- Соблюдение мер безопасности при пользовании газовыми приборами и печным отоплением.

Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера

- Правила обеспечения сохранности личных вещей.

- Защита квартиры (дома) от воров и грабителей: звонок в дверь, звонок (беседа) по телефону.

- Особенности поведения с незнакомыми людьми: опасные незнакомцы.

Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Первая медицинская помощь при отравлении газами

Отравление. Причины отравлений газообразными или вдыхаемыми токсическими веществами. Профилактика отравлений. Признаки отравления угарным газом. Первая помощь при отравлении угарным газом.

Защита человека в чрезвычайных ситуациях

Чрезвычайные ситуации

- Чрезвычайные ситуации природного происхождения — стихийные бедствия. Примеры стихийных бедствий: тайфуны, ураганы, бури (штормы), смерчи, снегопады, метели, наводнения. Их последствия, мероприятия по защите.

- Лесные пожары. Действия школьников по их предупреждению.

Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения

- Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях.

- Примеры содержания речевой информации о чрезвычайных ситуациях.

4 класс

I. Основы здорового образа жизни

Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни»

- Понятие здоровья. Факторы, влияющие на него. Основы здорового образа жизни и безопасность человека.

- Режим дня. Здоровое питание. Профилактика переедания, пищевых отравлений.

- Инфекционные болезни. Пути передачи инфекционных заболеваний. Профилактика инфекционных заболеваний.

Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек

- Курение и его влияние на состояние здоровья.

- Алкоголь и его влияние на умственную и физическую работоспособность человека.

- Профилактика вредных привычек.

. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Основные виды травм у детей младшего школьного возраста, первая медицинская помощь

- Основные виды травм у детей младшего школьного возраста. Переломы, вывихи и растяжения связок.

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

- Кровотечение, первая медицинская помощь.

- Ушибы, сотрясение мозга, попадание инородных тел в глаз, ухо, нос, первая медицинская помощь.

- Первая медицинская помощь при укусах насекомых, собак, кошек.

- Кровотечение из носа, оказание первой медицинской помощи.

Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи

- Первая медицинская помощь при наружном кровотечении.

- Правила обработки ран. перевязка ран.

- Оказание первой медицинской помощи при ожогах и обморожении.

- Оказание первой медицинской помощи при отравлениях.

- Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата (при травме кистей рук, бедра, колена).

Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся

Безопасное поведение в быту.

- Опасные шалости и игрушки.

- Профилактика возможных опасных ситуаций в быту. Опасная высота.

Безопасное поведение на улицах и дорогах.

- Безопасность пешеходов при движении по дорогам.

- Элементы дорог. Дорожная разметка. Правила перехода дорог.

Перекрестки.

- Сигналы, подаваемые водителями транспортных средств.
- Соблюдение правил движения велосипедистами.
- Причины дорожно-транспортного травматизма.
- Обязанности пассажира.

Безопасное поведение на природе.

- Ориентирование на местности. Понятие ориентира.
- Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, часам и местным предметам.

- Безопасная переправа через водную преграду. Умение вязать узлы.

Костер.

- Меры пожарной безопасности при разведении костра.

Безопасное поведение на воде

- Основные правила поведения на воде, при купании, отдыхе у воды, катании на лодке.

- Способы и средства спасания утопающих. Основные спасательные средства.

Календарно-тематическое планирование

1 класс.

№ п/п	Дата по плану	Дата по факту	Тема занятия
1 полугодие			
Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях. (4 ч)			
1	08.09.		Что такое безопасность?
2	15.09.		Что такое безопасность?
3	22.09.		Поселок, где мы живем.
4	29.09.		Что такое чрезвычайная ситуация?
Улица полна неожиданностей. (19 ч)			
Безопасность на улице (3 ч)			
5	06.10.		Безопасность на улице.
6	13.10.		Как правильно переходить дорогу. практическое занятие
7	20.10.		Наиболее безопасный путь в школу и из школы. практическое занятие
Наши верные друзья на улицах и дорогах (5 ч)			
8	27.10.		Сигналы регулирования дорожного движения.
9	10.11.		Сигналы регулирования дорожного движения.
10	17.11.		Виды перекрестков.
11	24.11.		Знакомство с дорожными знаками. практическое занятие
12	01.12.		Угадай, какой знак.
Это должны знать все (6 ч)			
13	08.12.		Зачем нужно знать правила безопасного поведения на улицах и дорогах.
14	15.12.		Будь внимательным и осторожным. практическое занятие
15	22.12.		Движение группами. практическое занятие
16	29.12.		Особенности движения по мокрой и скользкой дороге.
2 полугодие			
17	19.01.		Где можно и где нельзя играть.
18	26.01.		На улицах поселка практическое занятие .
Мы – пассажиры (5 ч)			
19	02.02.		Знакомство с транспортом поселка. экскурсия

20	09.02.		Правила поведения в транспорте.
21	02.03.		Встреча с работником ГИБДД.
22	16.03		Обобщение по теме.
23	23.03.		Виды перекрестков (практическое занятие).
Безопасность на воде (4 ч)			
24	06.04		Правила и меры безопасного поведения на воде в осенний и зимний период.
25			Правила и меры безопасного поведения на воде в весенний период.
26	13.04		Правила и меры безопасного поведения на воде в летний период.
27			Основные спасательные средства.
Безопасность в помещении (5 ч)			
28	20.04.		Какие опасности подстерегают нас в помещении.
29	27.04.		Основные правила пожарной безопасности.
30	04.05.		Детские шалости с огнем.
31	11.05		Как действовать при возникновении пожара дома, в школе, в транспорте.
32	18.05.		Применение огнетушителя (практическое занятие).
Обобщение (1 ч)			
33	25.05.		Обобщающее занятие «Моя безопасность в моих руках».

К концу 1 класса учащиеся должны знать:

- общие понятия опасности и чрезвычайной ситуации.
- что такое экологическая катастрофа, стихийное бедствие;
- основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни».
- режим дня,
- необходимые условия, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья.
- основные виды травм у детей.
- что такое первая медицинская помощь (на примере ожога).
- как уберечься от порезов и ожогов;
- источники возможной опасности и опасные ситуации, которые могут возникнуть дома;
- опасные ситуации, которые могут возникнуть при контактах с незнакомыми людьми;
- наиболее безопасный путь в школу и домой.
- правила перехода дороги.
- правила перехода дороги при высадке из транспортного средства;
- правила безопасного поведения на улицах и дорогах.
- где можно и где нельзя играть;
- правила безопасного поведения при возникновении пожара в доме;
- чистый воздух, его значение для здоровья человека,
- правила безопасного поведения в парках, скверах, в лесу,
- понятие об ориентировке на местности;
- правила безопасного поведения и меры защиты.

к концу 1 класса учащиеся должны уметь:

- составить распорядок дня.
- ухаживать за полостью рта, руками, ногами;
- оказать медицинскую помощь при порезах, ожогах, укусах насекомых,
- первую медицинскую помощь при небольших кровотечениях, ожогах;

- безопасно общаться с незнакомыми людьми на улице, в подъезде дома, по телефону;
- выбрать наиболее безопасный путь в школу и домой.
- правильно переходить дорогу, перекресток.
- различать сигналы светофора и регулировщика;
- правильно переходить дорогу при высадке из транспортного средства.
- самостоятельно одеться по сезону;
- самостоятельно ориентироваться и правильно вести себя в лесу.
- правильно вести себя при встрече с животными и насекомыми

Информационно-справочный материал

1. Концепция программы для начальных классов. Просвещение 2008
- 2.. Безопасность. Н.Н Авдеева, О.Л. Князева, Р.Б.Стеркина. «Детство – Пресс», 2007 г
3. Плешаков .Мир вокруг нас .1-4 класс Просвещение
4. Поурочные разработки по основам безопасности жизнедеятельности . 1 – 4 класс 2008 год.
5. Развивающие классные часы и праздники в начальных классах. Феникс 2008 год.
6. Правила дорожного движения 1 –4 класс. Просвещение 2007 год.