

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Тульской области АМО Веневский район
МОУ "Бельковский ЦО им.В.И.Протчева"

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора по УВР

Грызлова О. И.
протокол N 1 от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор

Алитовская Н. Н.
приказ N 53 от «01» сентября 2023 г.

Программа дополнительного образования
«Моя безопасность и здоровый образ жизни»

п.Бельковский, 2023 г.

Пояснительная записка

Находясь в социуме, каждый человек, так или иначе, влияет на уровень безопасности окружающих людей, и безопасность каждого во многом зависит от уровня сформированности культуры личной безопасности конкретного человека. Перед школой, педагогами стоит актуальная задача по воспитанию культуры личной безопасности, которая является компонентом общечеловеческой культуры. В последнее время уже не вызывает сомнения важность задачи научить детей распознавать опасные ситуации, уметь защитить себя, сохранить здоровье.

Очень важным является поиск путей обучения и воспитания школьников, способных обеспечить привычность и естественность соблюдения правил безопасного поведения в современных условиях. Задача взрослых, и родителей, и педагогов, состоит в том, чтобы не только самим оберегать и защищать ребёнка, но и в том, чтобы подготовить его к встрече с различными сложными, а порой опасными жизненными ситуациями. Безопасность и здоровый образ жизни – это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях.

Программа кружка «Моя безопасность и здоровый образ жизни» сориентирована на изучение основ безопасности, направленных на обеспечение безопасности личности от всех источников угроз, в чрезвычайных ситуациях, подстерегающих нас, на знания и навыки использования правил безопасного поведения, на стимулирование развития у воспитанников самостоятельности и ответственности.

Программа имеет цель не механическое заучивание правил безопасности, а формирование и развитие познавательной деятельности, ориентированной на понимание опасности и безопасности.

Занятия проводятся в доступной и стимулирующей развитие интереса форме. На каждом занятии присутствует элемент игры.

Игровые технологии, применяемые в программе, дают ребенку возможность включиться в практическую деятельность, в условиях ситуаций, направленных на воссоздание и усвоение опыта безопасного поведения в различных ситуациях, в котором складывается и совершенствуется самоуправление поведением.

Программа составлена по четырём основным видам деятельности:

- обучение воспитанников теоретическим знаниям (правилам дорожного движения и безопасного поведения на улице; правилам безопасного поведения дома, в общественных местах, на природе; правилам пожарной и электробезопасности) происходит на основе современных педагогических технологий;

- творческие работы воспитанников (изучение тематических иллюстраций, плакатов, слайдов и выполнение креативных заданий, развивающих их познавательные способности, необходимые для правильной и безопасной ориентации в окружающей среде, в чрезвычайных ситуациях);
- практическая отработка координации движений, двигательных умений и навыков безопасного поведения с использованием для этого комплекса игр (сюжетные, ролевые, игры по правилам и др.) и специальных упражнений (вводные, групповые, индивидуальные).

Актуальность

При переходе на Федеральные государственные стандарты, современные требования к образованию предусматривают необходимость сконцентрировать внимание на формировании у детей культуры личной безопасности.

Новизна

- Увеличено количество часов, что позволяет более основательно изучить Правила безопасного поведения в различных ситуациях.
- Воспитание личности, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы и при этом разумно сочетать личные интересы с интересами общества происходит посредством ИКТ, ролевых игр, креативных заданий.

Цели:

Охрана жизни и здоровья юных граждан, защита их прав и законных интересов.

Задачи:

- Развивать мотивацию к безопасному поведению.
- Научить основным правилам дорожного движения, правилам безопасного поведения в различных ситуациях и сохранению здоровья.
- Формировать устойчивый навык наблюдения в различных ситуациях, личностный и социально-значимый опыт безопасного поведения.
- Формировать навыки самооценки, самоанализа своего поведения.
- Помочь подрастающему поколению прожить детство безопасно.

Одним из приоритетных направлений нашего государства и современного образования становится укрепление здоровья нации и особенно подрастающего поколения.

1. Результаты освоения курса кружка

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Личностными результатами программы по формированию здорового образа жизни учащихся является формирование следующих умений:

- определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы по формированию здорового образа жизни учащихся - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий на уроке.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях.

2. Познавательные УУД:

- Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в дополнительной литературе (на развороте, в оглавлении, в словаре).
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя средства ИКТ, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях по основам здорового образа жизни.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания по основам здорового образа жизни, ориентированные на линии развития средствами предмета.

3. Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи.
- Слушать и понимать речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Оздоровительные результаты программы:

- Осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- Социальная адаптация обучающихся, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всех его проявлениях.

2.Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Содержание	Формы организации	Характеристика основных видов деятельности ученика
Предупреждение бытового травматизма (3 часа)		
<p>Основные причины бытового травматизма среди детей — шалости. Шалости на балконах и крышах, у открытых окон, катание на лестничных перилах, баловство в лифте, на стройплощадках и местах ремонта дорог , коммуникаций , у открытых люков . Игры с огнем , прикосание к изолированным проводам.</p>	<p>Беседа с элементами инструктажа по технике безопасности. Тестирование. Презентация. Видео-урок.</p>	<p>Выполнять основные правила и технику безопасности на занятиях. Соблюдать осторожность во время игр дома и на улице. Знать, где можно играть, а где нельзя.</p>
Безопасность на воде (2 часа)		
<p>Основные правила поведения на воде ,при купании, на</p>	<p>Беседа с элементами инструктажа.</p>	<p>Выполнять правила техники безопасности. Знать</p>

отдыхе у воды ,при катании на лодке. Способы и средства спасения утопающих.	Презентация. Практическое занятие. Ролевая игра.	правила поведения на воде. Соблюдать осторожность во время купания и на отдыхе.
Безопасность пешеходов (4 часа)		
Виды транспортных средств. Любой движущийся транспорт – угроза безопасности человека. Интенсивность и скорость движения городского транспорта. Тормозной путь Тормозное расстояние.	Беседа. Презентация. Викторина. Кроссворд. Конкурс рисунков. Игровая программа. Работа с макетами.	Выполнять правила техники безопасности во время занятий. Применять знания на практике. Разбирать конкретные маршруты учащихся в школу. Закреплять знания и умения по ПДД. Знать виды транспорта.
Когда ты становишься водителем? (3 часа)		
Езда на велосипеде, мопеде. Основные правила езды и меры безопасности. Соблюдение правил дорожного движения велосипедистами.	Беседа. Презентации. Обсуждение. Настольные игры. Разработка макетов. Турнир.	Выполнять основные правила и технику безопасности на занятиях. Уметь практически оказывать простейшую медицинскую помощь.

Знаем ли мы правила дорожного движения? (5 часов)

Причины дорожно-транспортного травматизма пешеходов и пассажиров. Правила соблюдения пешеходами правил движения. Соблюдение пассажирами правил поведения в транспорте. Недисциплинированность на улице и в транспорте. Государственная инспекция безопасности дорожного движения (ГИБДД)	Беседа. Игротека. Презентация. Просмотр фильма по ПДД. Эвристическая беседа. Обсуждение. Круглый стол.	Выполнять правила техники безопасности на занятиях. Закреплять знания и умения по ПДД с помощью моделей транспортных средств.
--	--	---

Железнодорожный транспорт (3 часа)

Поведение школьников вблизи железнодорожных путей. Правила перехода и переезда через железнодорожные пути. Охраняемые и не охраняемые переезды. Безопасное поведение на природе.	Беседа. Презентация. Видео – урок. Игровая программа. Загадки. Экскурсия.	Выполнять правила техники безопасности на занятиях. Знать правила поведения вблизи железнодорожных путей.
--	---	---

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи(7 часов)

<p>Основные виды травм у детей младшего школьного возраста. Первая медицинская помощь при порезах и ссадинах. Первая медицинская помощь при ушибах ,ожогах, попадании инородных тел в глаз, ухо, нос. Первая медицинская помощь при укусах насекомых, собак, кошек. Оказание первой медицинской помощи при кровотечении из носа. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата (при травме кисти руки, бедра, колена). Как следует вызвать «скорую помощь» и порядок ее вызова.</p>	<p>Беседа с элементами инструктажа. Презентация – беседа. Ролевая игра. Викторина. Эстафета. Видео – урок.</p>	<p>Уметь практически оказывать простейшую медицинскую помощь. Соблюдать правила техники безопасности на занятиях. Следовать инструкциям учителя. Уметь определять какую помощь нужно оказать пострадавшему.</p>
<p>Основы здорового образа жизни(4 часа)</p>		
<p>Понятие о здоровье и факторах, влияющих на него. Основы здорового образа жизни и безопасность</p>	<p>Беседа с элементами инструктажа. Презентация – беседа. Конкурс-защита листовок о</p>	<p>Выполнять основные правила и технику безопасности на занятиях. Объяснять правила</p>

<p>человека. Основы составляющего здорового образа жизни в младшем школьном возрасте. Вредные привычки и их влияние на здоровье.</p>	<p>здоровом образе жизни. Круглый стол с участием школьного врача.</p>	<p>здорового образа жизни. Познакомиться с понятием «здоровье школьника».</p>
--	--	---

Защита человека в чрезвычайных ситуациях(3 часа)

<p>Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени, чрезвычайные ситуации природного происхождения(ураганы, бури, землетрясения).Основные мероприятия гражданской обороны, организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Подготовка обучающихся к действиям ЧС, эвакуация населения, обязанности эвакуированных.</p>	<p>Беседа с элементами инструктажа. Презентация. Экскурсия в школьный музей. Встреча с руководителем школьного музея.</p>	<p>Выполнять основные правила и технику безопасности на занятиях. Знать план здания для эвакуации во время пожара. Отрабатывать действия во время ЧС.</p>
--	---	---

3. Тематическое планирование

Количество часов: 35 ч (1 час в неделю)

№ занятия по теме	Тема	Кол-во часов	
		теор	практ
Предупреждение бытового травматизма (3 часа)			
1.	Основные причины бытового травматизма среди детей — шалости.	1	
2.	Шалости на балконах и крышах , у открытых окон, катание на лестничных перилах, баловство в лифте, на стройплощадках и местах ремонта дорог , коммуникаций ,у открытых люков.	1	
3.	Игры с огнем , прикосание к неизолированным проводам.	1	
Безопасность на воде (2 часа)			
1.	Основные правила поведения на воде ,при купании, на отдыхе у воды ,при катании на лодке.	1	
2.	Способы и средства спасения утопающих.	1	
Безопасность пешеходов (4 часа)			
1.	Виды транспортных средств.	1	
2.	Любой движущийся транспорт – угроза безопасности человека.	1	
3.	Интенсивность и скорость движения городского транспорта.	1	
4.	Тормозной путь Тормозное расстояние.	1	
Когда ты становишься водителем? (3 часа)			
1.	Езда на велосипеде, мопеде.	1	

2.	Основные правила езды и меры безопасности.	1	
3.	Соблюдение правил дорожного движения велосипедистами.	1	
Знаем ли мы правила дорожного движения? (5 часов)			
1.	Причины дорожно-транспортного травматизма пешеходов и пассажиров.	1	
2.	Правила соблюдения пешеходами правил движения.	1	
3.	Соблюдение пассажирами правил поведения в транспорте.	1	
4.	Недисциплинированность на улице и в транспорте.	1	
5.	Государственная инспекция безопасности дорожного движения (ГИБДД)	1	
Железнодорожный транспорт (4 часа)			
1.	Поведение школьников вблизи железнодорожных путей. Безопасное поведение на природе.	1	
2.	Правила перехода и переезда через железнодорожные пути.	1	
3.	Охраняемые и не охраняемые переезды.	1	
4.	Повторение. Безопасное поведение на природе.	1	
Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (7 часов)			
1.	Основные виды травм у детей младшего школьного возраста.	1	
2.	Первая медицинская помощь при порезах и ссадинах.		1
3.	Первая медицинская помощь при ушибах, ожогах, попадании инородных тел в глаз, ухо, нос.	1	

4.	Первая медицинская помощь при укусах насекомых, собак, кошек.	1	
5.	Оказание первой медицинской помощи при кровотечении из носа.		1
6.	Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата (при травме кисти руки, бедра, колена)		1
7.	Как следует вызвать «скорую помощь» и порядок ее вызова.	1	
Основы здорового образа жизни(4 часа)			
1.	Понятие о здоровье и факторах, влияющих на него. Основы здорового образа жизни и безопасность человека.	1	
2.	Основы составляющего здорового образа жизни в младшем школьном возрасте.	1	
3.	Вредные привычки и их влияние на здоровье.	1	
4.	Подвижные игры.		1
Защита человека в чрезвычайных ситуациях(3 часа)			
1.	Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени, чрезвычайные ситуации природного происхождения (ураганы, бури, землетрясения).	1	
2.	Основные мероприятия гражданской обороны, организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях.	1	
3.	Подготовка обучающихся к действиям ЧС, эвакуация населения, обязанности эвакуированных.	1	
Итого: 35		31	4