

муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Линёвская средняя школа»  
Жирновского муниципального района Волгоградской области  
Центр цифрового и гуманитарного профилей  
«Точка Роста»

Руководитель  
структурного подразделения  
  
Г. Д. Волкова  
« 01 » сентября 2020 г.



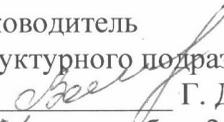
УТВЕРЖДАЮ  
Директор МКОУ «ЛСШ»  
О.Н. Гришина  
Приказ № 131 от « 1 » сентября 2020

**Рабочая программа  
по ОБЖ  
«Безопасное поведение»  
для обучающихся 5 «а, б» класса**

учебный год реализации программы  
2020 -2021 гг.

Рабочую программу составила: учитель биологии и ОБЖ,  
высшей квалификационной категории  
Плотникова Ольга Александровна

муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Линёвская средняя школа»  
Жирновского муниципального района Волгоградской области  
Центр цифрового и гуманитарного профилей  
«Точка Роста»

Руководитель  
структурного подразделения  
  
Г. Д. Волкова  
« 01 » сентября 2020 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МКОУ «ЛСШ»  
О.Н. Гришина  
Приказ № 24 от « 1 » сентября 2020

**Рабочая программа  
по ОБЖ  
«Безопасное поведение»  
для обучающихся 6 «а, б, в» класса**

учебный год реализации программы  
2020 -2021 гг.

Рабочую программу составила: учитель биологии и ОБЖ,  
высшей квалификационной категории  
Плотникова Ольга Александровна

## 1.1 Пояснительная записка

Программа «Безопасное поведение» разработана в соответствии с требованиями нормативных документов:

- ФЗ РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Указ Президента РФ от 7.05.2012 г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»
- Концепция развития дополнительного образования детей, утверждена распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р
- Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844)
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015
- Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

**Направленность программы:** социально-педагогическая

**Актуальность и новизна программы** обусловлена необходимостью формировать базовый уровень культуры безопасности жизнедеятельности, выработке умений распознавать угрозы, избегать опасности, нейтрализовать конфликтные ситуации, решать сложные вопросы социального характера, грамотно вести себя в чрезвычайных ситуациях. Программа направлена на формирование поведенческих навыков, обеспечивающих защиту жизни и здоровья обучающегося, формированию необходимых для этого волевых и морально-нравственных качеств, предоставляет широкие возможности для эффективной социализации, необходимой для успешной адаптации к современной техно-социальной и информационной среде, способствует проведению превентивных мероприятий в сфере безопасности.

Обучение по программе способствует формированию у обучающихся сознательного и ответственного отношения к собственному здоровью, к личной безопасности и безопасности окружающих, приобретению навыков сохранения жизни и здоровья в повседневной жизни и в опасных условиях. Программа направлена на воспитание у обучающихся таких качеств, как дисциплинированность, внимательность, собранность, ответственность, осторожность, уверенность, поскольку отсутствие именно этих качеств становится причиной трагических происшествий.

**Отличительные особенности программы** . Программа является многоуровневой, модульной. Уровни отличаются сложностью разрабатываемых проектов.

**Адресат программы**. Программа ориентирована на обучающихся возрастной категории 10- 15 лет, имеющих базовый уровень владения ИКТ.

**Объем и срок освоения программы**. Программа рассчитана на 34 академических часа.

**Форма обучения**: очная

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**. Программа «Безопасное поведение» может проводится в течение учебного года в объеме 1 час в неделю.

## **1.2 Цели и задачи программы**

**Цель**: развитие у школьников компетенций, обеспечивающих осознанного выполнения детьми и подростками правил поведения, обеспечивающих сохранность их жизни и здоровья в современных условиях улицы, природы, быта.

**Задачи**:

- развитие культуры безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, системного и комплексного понимания значимости безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций для личности;
- формирование социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни;
- понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространенных видов опасных ситуаций различного характера;
- овладение знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приемы рационального и безопасного поведения в опасных ситуациях;
- освоение основ медицинских знаний и владение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, обморожениях, отравлениях;
- умение оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной ситуации с учетом реальных условий и возможностей;
- развитие soft-компетенций.

## **Содержание учебно-тематического плана**

### **Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

Выбор группами кейсов для работы. Анализ кейса, планирование и определение результата.

В группах изучение признаков, по которым можно определить состояние человека, причин. Практическое повторение действий при данной ситуации. Составление алгоритма действий при возникновении опасной ситуации по выбранному кейсу. Составление сценария диалогов - звонок в МЧС, родителям, скорую помощь со стационарного и мобильного телефона.

Взаимообучение на основе созданных алгоритмов. В завершении темы проводится игра по станциям. На станции предложен один из изученных кейсов. Обучающиеся должны прочитать кейс (описание состояния человека и внешних признаков), выполнить очередность действий, включая необходимые диалоги - звонок в МЧС, Скорую помощь, родителям и т.д.

Кейсы описывают следующие ситуации: оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения, наружных кровотечениях, попадания инородного тела в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, обморожении, отравлениях.

Для разных возрастов сложность описываемых ситуаций может отличаться.

## **Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни**

Здоровый образ жизни – активные действия, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья, которые выражены медицинским, физическим, экологическим или каким-либо другим видом активности человека.

Питание - суточная потребность человека в питательных веществах, витаминах и воде относительно конкретного возраста. Суточная норма калорий, примерное распределение калорий при пятиразовом питании. Ежедневный и недельный рацион. Составление индивидуального плана питания.

Норма физической активности человека, относительно возраста. Виды активности, способствующие гармоничному развитию и поддержанию здоровья. Составление индивидуальной программы физической активности в соответствии с интересами и особенностями здоровья. Упражнения для глаз, снятия напряжения со спины.

Микросреда человека: дом, школа и т.д. Оценка микросреды с точки зрения воздействия на здоровье человека. Рабочее и спальное место, режим проветривания.

По мере изучения темы обучающиеся заполняют “Индивидуальную модель здорового образа жизни”.

## **Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности**

Представление кейсов для работы проектных групп. Выбор кейсов. Командообразование. Анализ кейса, планирование и определение результата. Формы представления результатов работы проектных команд: легио-прототипирование объекта, пространственный прототип объекта.

Алгоритм действий при возникновении ситуации, описанной в кейсе. Разработка прототипа объектов.

Подготовка сценария действий с применением прототипа объекта. Подготовка речевых сценариев, в том числе звонков по стационарному и мобильному телефону, сообщений в мессенджерах.

Проведение сценария по опасным ситуациям: - использование бытовых устройств, приборов, инструментов.

Проведение сценария по опасным ситуациям использования средств бытовой химии;

- неисправность системы электроснабжения;
- пожар в доме/квартире;

- утечка газа;
  - на воде, само- и взаимопомощь на воде.
- Соблюдение правил безопасного поведения в туристических походах.

#### **Тема 4. Информационная безопасность**

Личная безопасность - основные элементы. Проверка и корректировка личных профилей в интернет.

Цифровой след - совокупность данных, которые пользователь генерирует во время пребывания в цифровом пространстве.  
Пассивный и активный цифровой след.

Основы безопасного общения в Интернет. Защита компьютера и мобильного устройства от вредоносного воздействия.

#### **1.4 Планируемые результаты**

Результативность и способы оценки программы построены на основе компетентностного подхода. Обучающиеся будут знать:

- алгоритмы действий при возникновении опасных ситуаций: оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения, наружных кровотечениях, попадании инородного тела в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, обморожении, отравлениях.
- что такое здоровый образ жизни и его компоненты;
- алгоритмы действий при возникновении опасных ситуаций: при использовании бытовых устройств, приборов, инструментов, средств бытовой химии; при неисправности системы электроснабжения; при пожаре в доме/квартире; при утечке газа; на воде, в туристических походах.
- что такое личная безопасность в сети Интернет; цифровой след; пассивный и активный цифровой след;
- основы безопасного общения в Интернет;
- жизненный цикл проекта.

Обучающиеся будут уметь:

- действовать адекватно сложившейся ситуации;
- чётко и полно сообщать через различные каналы связи о возникновении опасной ситуации взрослым, специализированным службам;
- составлять индивидуальную модель здорового образа жизни;
- оказывать само- и взаимопомощь на воде;
- создавать личных профилей в интернет с точки зрения обеспечения безопасности;
- обеспечивать защита компьютера и мобильного устройства от вредоносного воздействия;
- анализировать кейсы и выстраивать траекторию решения проблемы

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1 Календарный учебный график

№ п/ п	Число и месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия
1			Проектирование	1	Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи Выбор группами кейсов для работы. Анализ кейса, планирование и определение результата.
2			Проектирование	1	Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи Изучение признаков, по которым можно определить состояние человека, причин. Практическое повторение действий при данной ситуации.
3			Проектирование	1	Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи Составление алгоритма действий при возникновении опасной ситуации по выбранному кейсу
4			Проектирование	1	Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи Составление сценария диалогов - звонок в МЧС, родителям, скорую помощь со стационарного и мобильного телефона
5			Ролевая игра	1	Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи Взаимообучение на основе созданных алгоритмов.
6			Ролевая игра	1	Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи Взаимообучение на основе созданных алгоритмов.
7			Игра	1	Тема 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи Игра по станциям.
8			Игра	1	Тема 1. Основы медицинских знаний и

					оказание первой помощи Игра по станциям. Подведение итогов
9			Практикум	1	Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни Здоровый образ жизни. Компоненты индивидуальной модели здорового образа жизни.
10			Практикум	1	Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни Питание - суточная потребность человека в питательных веществах, витаминах и воде относительно конкретного возраста. Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных.
11			Практикум	1	Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни Суточная норма калорий, примерное распределение калорий при пятиразовом питании. Ежедневный и недельный рацион. Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных.
12			Практикум	1	Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни Составление индивидуального плана питания. Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных
13			Практикум	1	Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни Норма физической активности человека, относительно возраста. Виды активности, способствующие гармоничному развитию и поддержанию здоровья. Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных.

14			Практикум	1	Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни Составление индивидуальной программы физической активности в соответствии с интересами и особенностями здоровья. Упражнения для глаз, снятия напряжения со спины. Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных
15			Практикум	1	Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни Микросреда человека: дом, школа и т.д. Оценка микросреды с точки зрения воздействия на здоровье человека. Рабочее и спальное место, режим проветривания. Работа с индивидуальной моделью здорового образа жизни - внесение данных.
16			Практикум	1	Тема 2. Индивидуальная модель здорового образа жизни Завершение оформления индивидуальной модели здорового образа жизни.
17			Проектирование	1	Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности Представление кейсов для работы проектных групп. Выбор кейсов. Командообразование.
18			Проектирование	1	Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности Анализ кейса, планирование и определение результата. Формы представления результатов работы проектных команд: легио - прототипирование объекта, пространственный прототип объекта
19			Проектирование	1	Тема 3. Безопасность в повседневной

					жизнедеятельности Алгоритм действий при возникновении ситуации, описанной в кейсе.
20			Проектирование	1	Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности Разработка прототипа объектов.
21			Проектирование	1	Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности Разработка прототипа объектов
22			Проектирование	1	Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности Подготовка сценария действий с применением прототипа объекта.
23			Проектирование	1	Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности Подготовка речевых сценариев, в том числе звонков по стационарному и мобильному телефону, сообщений в мессенджерах .
24			Практикум	1	Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности Проведение сценария по опасным ситуациям использования бытовых устройств, приборов, инструментов.
25			Практикум	1	Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности Проведение сценария по опасным ситуациям использования средств бытовой химии.
26			Практикум	1	Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности Проведение сценария по опасным ситуациям при неисправности системы электроснабжения.
27			Практикум	1	Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности Проведение сценария поведения при пожаре в доме/квартире.

28			Практикум	1	Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности Проведение сценария по опасным ситуациям при утечке газа.
29			Практикум	1	Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности Проведение сценария по опасным ситуациям на воде, само - и взаимопомощи на воде
30			Практикум	1	Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности Проведение сценария по опасным ситуациям на воде, само - и взаимопомощи на воде.
31			Практикум	1	Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности Проведение сценария по опасным ситуациям Соблюдение правил безопасного поведения в туристических походах
32			Практикум	1	Тема 3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности Подведение итогов обучения темы
33			Дискуссия	1	Тема 4. Информационная безопасность Личная безопасность - из чего она складывается. Проверка и корректировка личных профилей в интернет.
34			Самостоятельная работа	1	Тема 4. Информационная безопасность Основы безопасного общения в Интернет

## 2.2 Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение программы:

- персональные компьютеры с программным обеспечением, оснащенные выходом в Интернет;
- мультимедийная установка (компьютер, проектор, колонки);
- подручный материал для создания прототипов пространств;
- тренажёр-манекен для отработки сердечно-лёгочной реанимации;

- тренажёр-манекен для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей;
- набор имитаторов травм и поражений;
- шина лестничная;
- воротник шейный;
- табельные средства для оказания первой медицинской помощи; коврик для проведения сердечно-лёгочной реанимации.

### 2.3 Формы аттестации

**Формы оценки уровня достижений обучающегося:** для контроля и самоконтроля за эффективностью обучения применяются методы:

- текущие (наблюдение, оценка промежуточных результатов);
- тематические (контрольные вопросы, промежуточные задания);
- итоговые (проект).

**Формы фиксации образовательных результатов:** для фиксации образовательных результатов в рамках курса используются:

- портфолио работ учащихся;
- отзывы обучающихся по итогам занятий и итогам обучения.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**

- защита проектов
- решение кейсов.

**Формы подведения итогов реализации программы**

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ выполнения обучающимися учебных заданий;
- защита проектов;
- активность обучающихся на занятиях и т.п

### 2.4 Оценочные материалы

**Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине:** оценивание развития учащихся можно на основе следующего перечня компетенций:

- сформированность навыков безопасного поведения в различных ситуациях;
- способность чётко донести информацию о ситуации по телефону и в мессенджерах до специальных служб, родителей;
- целеполагание и планирование результата;
- проектирование и реализация жизненного цикла проекта;
- эффективная работа командах

## 2.5 Методические материалы

В качестве методов обучения по программе используются нагляднопрактический, исследовательские методы. На занятиях используются различные формы организации образовательного процесса.

**Формы организации образовательного процесса** :индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

**Формы организации учебного занятия:**

- защита проектов;
- практическое занятие.

**Педагогические технологии:**

- технология проблемного обучения;
- технология проектной деятельности;
- ролевая игра;
- технология портфолио.

## 3. Список литературы

1. Война за данные: почему нельзя просто взять и «стереть» свой цифровой след. URL: <https://knife.media/data-laws-war/> (дата обращения: 01.11.2019).
2. Игнатова В. В. Педагогические факторы духовно-творческого становления личности в образовательном процессе: Монография. — Красноярск: СибГТУ, 2014. — 272 с.
3. Игнатова В. В., Шушерина О. А. Педагогические стратегии в контексте профессионально-культурного становления личности студента вуза // Сибирский педагогический журнал. 2004, № 1, с. 105– 113.
4. Касимов Р.А. Идеальная модель здорового образа жизни как педагогическое средство формирования здоровой личности в здоровьесберегающем образовательном пространстве // Современные проблемы науки и образования. – 2016. – № 6. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=25612> (дата обращения: 01.11.2019).
5. Слостенин В. А., Чижакова Г. И. Введение в педагогическую аксиологию: Учеб. пос. для студ. высш. пед. учеб. заведений. — М.: Изд. центр «Академия», 2013. — 192 с.
6. Тарасова Т. А., Власова Л. С. Я и мое здоровье. /Пособие./ Валеологические знания и умения детям школьного возраста. Челябинск, 2009. 96с