

Кировское областное государственное общеобразовательное
бюджетное учреждение «Средняя школа с углублённым
изучением отдельных предметов пгт Кикнур»

Утверждено приказом директора
КОГОбУ СШ с УИОП пгт Кикнур
№119 – ОД от 01.09.2023.

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Основы безопасности жизнедеятельности»
1 - 4 классы
2023 – 2024 учебный год

Кикнур - 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности» для 1-4 классов разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования на основе авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности» Л.П.Анастасовой, П.В.Ижевского, Н.В.Ивановой.

Программа является звеном, обеспечивающим непрерывность обучения населения, и прежде всего детей, правильным действиям в опасных для жизни и здоровья условиях, при возникновении чрезвычайных ситуаций. Реализация данной программы позволит привить детям начальные знания, умения и навыки в области безопасности жизнедеятельности; позволит сформировать у них научно обоснованную систему понятий основ безопасности жизнедеятельности; выработать необходимые умения и навыки безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» реализуется в рамках внеурочной деятельности, направление – социальное.

Цель: обучить детей правильным действиям в опасных для жизни и здоровья условиях, при возникновении чрезвычайных ситуаций.

Задачи программы:

1. Развитие у детей чувства ответственности за свое поведение, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.
2. Стимулирование у ребенка самостоятельности в принятии решений и выработка умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни.
3. Приобретение детьми начальных знаний, умений и навыков в области безопасности жизни.
4. Формирование у детей научно обоснованной системы понятий основ безопасности жизнедеятельности.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

«Основы безопасности жизнедеятельности»:

Личностные результаты:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметные результаты:

Регулятивные результаты:

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

Познавательные: знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

Коммуникативные: умение информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

Основной формой проведения внеурочных занятий по социальному направлению является кружок.

Программа «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана для 1 — 4 класса начальной школы.

На изучение курса отводится 1 ч в неделю, всего на курс — 135 ч.: в 1 классе — 33 ч в год, во 2—4 классах — по 34 ч в год.

Тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Из них по классам			
			1	2	3	4
1	Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся	78	20	16	25	17
1.1	Безопасное поведение на улицах и дорогах	25	6	—	10	9
1.2	Пожарная безопасность и поведение при пожарах	4	1	—	3	—
1.3	Безопасное поведение на воде	8	1	5	—	2
1.4	Безопасное поведение дома	8	2	—	6	—
1.5	Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера	8	2	—	6	—

1.6	Безопасное поведение на природе	23	6	11	—	6
1.7	Нарушение экологического равновесия в местах проживания, правила поведения	2	2	—	—	—
2	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	21	4	10	1	6
2.1	Хронические неинфекционные заболевания, их причина, связь с образом жизни	4	—	4	—	—
2.2	Основные виды травм у детей младшего школьного возраста, первая медицинская помощь	4	2	—	—	2
2.3	Оказание первой медицинской помощи при порезах, ожогах, укусах насекомых	1	1	—	—	—
2.4	Первая медицинская помощь при отравлении пищевыми продуктами	1	—	1	—	—
2.5	Первая медицинская помощь при отравлении газами	1	—	—	1	—
2.6	Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи	9	—	5	—	4
3	Основы здорового образа жизни	11	3	2	2	4
3.1	Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни»	4	1	1	1	1
3.2	Основы личной гигиены	2	2	—	—	—
3.3	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика	3	—	1	1	1
3.4	Пути укрепления здоровья	2	—	—	—	2
4	Защита человека в чрезвычайных ситуациях	25	6	6	6	7
4.1	Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени (аварии, катастрофы, военные конфликты)	5	1	1	1	2
4.2	Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения	4	1	1	1	1
4.3	Подготовка обучаемых к действиям в ЧС мирного и военного времени	4	1	1	1	1
4.4	Подготовка обучаемых к проведению практического занятия «День защиты детей»	12	3	3	3	3
	Всего	135	33	34	34	34

Содержание программы

1 КЛАСС

I. Защита человека в чрезвычайных ситуациях

1.1. Чрезвычайные ситуации. Общие понятия

Общие понятия опасности и чрезвычайной ситуации. Авария на производстве, экологическая катастрофа, стихийное бедствие.

II. Основы здорового образа жизни

2.1. Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни»

Режим дня первоклассника, необходимые условия, обеспечивающие сохранение и укрепление его здоровья, умственная и физическая работоспособность, нарушение режима дня, профилактика переутомления.

2.2. Основы личной гигиены

Умывание и купание. Как ухаживать за своим телом.

III. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

3.1. Основные виды травм у детей младшего школьного возраста

Ожоги. Как уберечься от ожогов.

3.2. Оказание медицинской помощи при порезах, ожогах, укусах насекомых

Первая медицинская помощь при кровотечениях, ожогах, укусах насекомых.

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

4.1. Безопасное поведение дома

Возможные опасности и опасные ситуации, которые могут возникнуть дома. Их профилактика. Как вести себя, когда ты дома один. Не торопись быть взрослым.

Электричество и газ как источники возможной опасности.

Лекарства и средства бытовой химии как источники опасности.

«Опасная высота» — опасности, возникающие при нарушении правил поведения в жилище, на балконах и лестничных клетках.

4.2. 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.

4.3. 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 дома, по телефону, в случае если незнакомый человек стучится или звонит в дверь. Где можно и где нельзя играть.

4.4. 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. Безопасная поза при аварийной ситуации в транспорте.

4.5. Безопасное поведение на природе

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

Календарно-тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Тема раздела, занятия	Форма проведения	П	Ф
Основы здорового образа жизни (3 часа)				
1	Режим дня школьника, профилактика переутомления.	Составление памятки «Режим дня для первоклассника»		
2	Основы личной гигиены. Умывание и купание. Как ухаживать за своим телом.	м/ф «Мой додыр»		
3	Здоровье – это бесценный дар.	Экскурсия в медицинский кабинет		
Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (4 часа)				
4	Основные виды травм у детей младшего школьного возраста. Ожоги. Как уберечься от ожогов. Первая медицинская помощь при ожогах.	Просмотр в/ф, игра.		
5	Первая медицинская помощь при кровотечениях, укусах насекомых.	Просмотр в/ф, игра.		
6	Первая медицинская помощь при солнечном и тепловом ударе.	Просмотр в/ф, игра.		
7	Как себя вести, чтобы не случилось беды.	Игра, викторина (устная)		
Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения (20 ч)				
8	Возможные опасности и опасные ситуации, которые могут возникнуть дома. Их профилактика.	Просмотр в/ф, беседа.		
9	Как вести себя, когда ты дома один. Не торопись быть взрослым.	Беседа		
10	Электричество и газ как источники возможной опасности.	Просмотр в/ф, беседа.		
11	Лекарства и средства бытовой химии как источники опасности.	Разговор на тему		
12	«Опасная высота» — опасности, возникающие при нарушении правил поведения в жилище, на балконах и лестничных клетках.	Просмотр в/ф, беседа.		
13	Пожарная безопасность и поведение при пожаре.	Просмотр в/ф, беседа.		
14	Огонь и человек. Причина возникновения пожаров в доме.	Конкурс рисунков «Спички не тронь! В спичках – огонь!»		
15	Дым и его опасность. Правила безопасного поведения при возникновении пожара в доме.	Беседа		

16	Правила безопасного общения с незнакомыми людьми на улице, в подъезде дома, по телефону, если звонят в дверь.	Просмотр в/ф, беседа. Правила 5 «НЕ»		
17	Где можно и где нельзя играть.	Просмотр в/ф, беседа.		
18	Наиболее безопасный путь в школу и домой.	Беседа, игра		
19	Правила перехода дорог. Движение пешеходов.	Экскурсия по улицам посёлка		
20	Дорожные знаки.	Экскурсия по улицам посёлка		
21	Сигналы светофора и регулировщика.	Просмотр в/ф, беседа.		
22	Мы — пассажиры, обязанности пассажира. Безопасная поза при аварийной ситуации в транспорте.	Беседа, игра		
23	Конкурс рисунков «Соблюдай правила дорожного движения»	Беседа, рисование		
24	Температура окружающего воздуха, ее влияние на здоровье человека.	Беседа, разговор на тему		
25	Одежда по сезону. Погодные условия (ветер, дождь, снег), правила поведения.	Разговор на тему		
26	Если началась гроза. Правила поведения.	Просмотр в/ф, беседа.		
27	Правила поведения в воде и возле водоемов	Просмотр в/ф, беседа.		
Защита человека в чрезвычайных ситуациях (6 часов)				
28	Чрезвычайные ситуации. Общие понятия.	Беседа, диалог		
29	Общие понятия опасности и чрезвычайной ситуации. Авария на производстве, экологическая катастрофа, стихийное бедствие.	Беседа, диалог		
30	«Зарница»	игра		
31	Веселые старты	соревнование		
32	Мы за ЗОЖ. Конкурс плакатов и рисунков.	Беседа, рисование		
33	День защиты детей.	Праздник		

Ожидаемые результаты к концу 1 класса:

-Формировать понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни».

-Способствовать соблюдению правил дорожного движения, безопасного поведения в парке, скверах, лесу;

Содержание программы

2 КЛАСС

I. Защита человека в чрезвычайных ситуациях

1.1. Чрезвычайные ситуации

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

1.2. Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения

Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях.

Сигнал «Внимание всем!». Что необходимо сделать по сигналу «Внимание всем!».

II. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

2.1. Болезни, их причины и связь с образом жизни

От чего зависит наше здоровье. Как живет наш организм, из чего состоит тело человека.

Наши органы: головной мозг, нервы, глаза, уши, зубы, 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.

2.2. 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

3.1. 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.

Уроки плавания:

— подготовительные упражнения для освоения в воде;

— техника спортивного плавания «кроль на груди».

3.2. Безопасное поведение на природе. Нарушение экологического равновесия в местах проживания, правила поведения

Чистый воздух, его значение для здоровья человека, причины загрязнения.

Правила безопасного поведения в лесу, в поле, у водоема. Как ориентироваться в лесу. Как вести себя на реке зимой.

Опасные ситуации в природе: дождь, гроза, снегопад и др. Ориентирование. Правила поведения.

Ядовитые растения, грибы, ягоды, меры безопасности.

Опасные животные и насекомые. Правила поведения при встрече с опасными животными и насекомыми, меры защиты от них.

3.3. 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.

Календарно-тематическое планирование

2 класс

№ п/п	Тема раздела, занятия	Формы проведения	П	Ф
Основы здорового образа жизни (2 часа)				

1	ЗОЖ. Что это такое?	Беседа		
2	Три самые большие опасности, подстерегающие людей.	Разговор на тему, диспут		
Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (10 часов)				
3	Болезни, их причины и связь с образом жизни.	Встреча с медсестрой, беседа		
4	От чего зависит наше здоровье. Как живет наш организм, из чего состоит тело человека.	Просмотр в/ф, беседа		
5	Наши органы.	Беседа, игра		
6	Мозг – наш главный командир.	Беседа		
7	Почему нельзя долго сидеть за компьютером.	Беседа		
8	Чтобы зубы были здоровы.	Игра		
9	Почему нельзя питаться чипсами и увлекаться газированной водой.	Просмотр в/ф, беседа		
10	Болезни и их возможные причины. Пути передачи инфекционных заболеваний.	Встреча с медсестрой, беседа		
11	Заноза, кровотечение, укус, ушиб. Первая помощь.	Просмотр в/ф, беседа		
12	Отравления. Причины и признаки отравлений. Первая помощь при отравлении пищевыми продуктами, грибами.	Познавательная игра		
Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения(16ч)				
13	Чем опасны водоемы зимой. Меры предосторожности при движении по льду водоемов.	Просмотр в/ф, беседа		
14	Правила купания в оборудованных и необорудованных местах. Правила поведения на пляже.	Просмотр в/ф, беседа		
15	Если кто-то тонет. Правила поведения. Как делать искусственное дыхание.	Практикум, познавательная игра		
16	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Правила закаливания организма.	Беседа		
17	Чистый воздух, его значение для здоровья человека, причины загрязнения.	Беседа		
18	Правила безопасного поведения в лесу, в поле, у водоема. Как ориентироваться в лесу. Как вести себя на реке зимой.	Просмотр в/ф, беседа		
19	Опасные ситуации в природе: дождь, гроза, снегопад и др. Ориентирование. Правила поведения.	Ориентирование на местности		
20	Ядовитые растения, грибы, ягоды, меры безопасности.	Просмотр в/ф, беседа		
21	Опасные животные и насекомые. Правила поведения при встрече с опасными животными и насекомыми, меры защиты от них.	Беседа		

22	Безопасное поведение на дорогах. Движение пешеходов по дорогам.	Экскурсия по улицам посёлка		
23	Элементы дорог.	Экскурсия по улицам посёлка		
24	Правила перехода дорог. Перекрестки. Сигналы светофора и регулировщика.	Экскурсия по улицам посёлка		
25	Правила перехода дорог при высадке из транспортного средства.	Познавательная игра		
26	Обязанности пассажира. Безопасная поза при аварийной ситуации в транспорте.	Познавательная игра		
27	Безопасное поведение на улицах и дорогах. Где можно и где нельзя играть.	Познавательная игра		
28	«Я знаю и соблюдаю правила дорожного движения»	Конкурс рисунков		
Защита человека в чрезвычайных ситуациях (6 часов)				
29	Какими бывают чрезвычайные ситуации. Чрезвычайные ситуации природного происхождения.	Беседа		
30	Наводнения, причины наводнений. Мероприятия по защите от наводнений.	Просмотр в/ф, беседа		
31	Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Сигнал «Внимание всем!». Что необходимо сделать по сигналу «Внимание всем!».	Беседа		
32	«Зарница»	Игра		
33	Экологическая безопасность.	Тест.		
34	Природные стихийные бедствия.	Тест		

Ожидаемые результаты к концу 2 класса:

Формировать безопасное поведение:

- на водоемах, в лесу, в поле;
- при движении по открытой местности;
- при встрече с опасными животными и насекомыми;

Содержание программы

3 КЛАСС

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

1.1. 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. Загородная дорога, движение пешехода по загородной дороге.

1.2. Мы — пассажиры

Безопасность пассажиров. Обязанности пассажиров. Правила посадки в транспортное средство и высадки из него. Поведение при угрозе и во время аварии. Безопасная поза.

1.3. 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.

1.4. 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.

1.5. Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера

Правила обеспечения сохранности личных вещей.

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

Особенности поведения с незнакомыми людьми: опасные незнакомцы.

2. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

2.1. 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.

3. Защита человека в чрезвычайных ситуациях

3.1. 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.

3.2. Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения

Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Примеры содержания речевой информации о чрезвычайных ситуациях.

Календарно-тематическое планирование

3 класс

№ п/п	Тема раздела, занятия	Формы проведения	П	Ф
Основы здорового образа жизни (2 часа)				
1	ЗОЖ. Что в себя включает?	Беседа		
2	Живи разумом, так и лекаря не надо. Опасность вредных привычек.	Просмотр м/ф «Сестрички-привычки», беседа.		
Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (1 час)				
3	Причины отравлений газообразными токсическими веществами. Признаки, профилактика и первая помощь при отравлении угарным газом.	Просмотр в\ф, беседа.		
Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения(25ч)				

4	Движение пешеходов по дорогам. Правостороннее и левостороннее движение.	Экскурсия по улицам посёлка		
5	Элементы дорог. Дорожная разметка. Перекрестки. Их виды.	Экскурсия по улицам посёлка		
6	Виды транспортных средств. Специальные транспортные средства. Сигналы, подаваемые водителями транспортных средств.	Экскурсия по улицам посёлка		
7	Скорость движения городского транспорта. Состояние дороги, тормозной путь автомобиля.	Просмотр в\ф, беседа.		
8	Загородная дорога, движение пешехода по загородной дороге.	Беседа, диалог		
9	Мы — пассажиры. Безопасность пассажиров. Обязанности пассажиров.	Просмотр в\ф, беседа, решение ситуационных задач.		
10	Правила посадки в транспортное средство и высадки из него. Поведение при угрозе и во время аварии. Безопасная поза.	Беседа, практикум		
11	Пожар в общественных местах (школа, кинотеатр), причина пожаров. Правила эвакуации из здания школы.	Просмотр в\ф, беседа.		
12	Правила поведения при возникновении пожара в общественных местах. Страх, навыки безопасного поведения.	Разрабатывание памятки на тему: «Безопасное поведение при пожаре»		
13	Возникновение пожара в общественном транспорте, правила поведения.	Беседа		
14	Безопасное поведение дома. Лифт — наш домашний транспорт.	Просмотр в\ф, беседа.		
15	Меры безопасности при пользовании предметами бытовой химии. Профилактика отравлений.	Беседа		
16	Домашняя аптечка. Польза и опасность.	Беседа, диалог		
17	Соблюдение мер безопасности при пользовании электрическими приборами в быту. Поражение электрическим током.	Просмотр в\ф, беседа.		

18	Соблюдение мер безопасности при пользовании газовыми приборами и печным отоплением.	Просмотр в/ф, беседа.		
19	Правила обеспечения сохранности личных вещей.	Беседа		
20	Защита квартиры (дома) от воров и грабителей: звонок в дверь, звонок (беседа) по телефону.	Познавательная игра		
21	Особенности поведения с незнакомыми людьми: опасные незнакомцы.	Просмотр в\ф, беседа.		
22	Профилактика укусов насекомых. Первая помощь при укусе осы, клеща.	Беседа		
23	Почему нельзя грызть ногти.	Беседа, встреча с медсестрой		
24	Лекарственные растения.	Просмотр в\ф, беседа.		
25	Ядовитые растения.			
26	Профилактика инфекционных заболеваний.	Беседа, встреча с медсестрой		
27	Личная гигиена.	Беседа		
28	Всем ли хорош твой сотовый телефон.	Диспут		
Защита человека в чрезвычайных ситуациях (6 часов)				
29	Стихийные бедствия: тайфуны, ураганы, бури (штормы), смерчи, снегопады, метели, наводнения. Их последствия, мероприятия по защите.	Беседа		
30	Лесные пожары. Действия школьников по их предупреждению.	Просмотр м/ф, беседа.		
31	Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Примеры содержания речевой информации о чрезвычайных ситуациях.	Беседа		
32	«Зарница»	Игра		
33	Я выбираю здоровый образ жизни.	Конкурс рисунков.		
34	«Папа, мама, я – спортивная семья»	Спортивный праздник		

Предполагаемые результаты к концу 3 класса:

Способствовать соблюдению:

- правил дорожного движения;
- мер безопасности в быту;
- правил поведения с незнакомыми людьми;

Содержание программы

4 КЛАСС

I. Основы здорового образа жизни

1.1. 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.

1.2. 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.

II. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

2.1. 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.

2.2. 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).

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

3.1. Безопасное поведение в быту (контрольные задания на повторение пройденного в 1—3 классах)

Опасные шалости и игрушки. Профилактика возможных опасных ситуаций в быту. Опасная высота.

3.2. Безопасное поведение на улицах и дорогах (повторение пройденного в 1—3 классах)

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.

Государственная инспекция безопасности дорожного движения (ГИБДД).

Железнодорожный транспорт, его особенности, безопасное поведение при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажира.

3.3. 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.

3.4. Безопасное поведение на воде

Основные правила поведения на воде, при купании, отдыхе у воды, катании на лодке. Способы и средства спасения утопающих. Основные спасательные средства.

Календарно-тематическое планирование

4 класс

№ п/п	Тема раздела, занятия	Формы проведения	П	Ф
Основы здорового образа жизни (4 часа)				
1	Основы здорового образа жизни и безопасность человека.	Экскурсия по улицам города		
2	Курение и его влияние на состояние здоровья. Профилактика вредных привычек.	Просмотр м\ф «Медведь и трубка», беседа, викторина.		
3	Алкоголь и его влияние на умственную и физическую работоспособность человека. Профилактика вредных привычек.	Беседа, дебаты		
4	Плохие привычки хороших детей	Просмотр в\ф, беседа		
Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (6 часов)				
5	Основные виды травм у детей: переломы, вывихи и растяжения связок. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.	Практическое занятие		
6	Кровотечение, первая медицинская помощь. Правила обработки и перевязки ран.	Практическое занятие		
7	Ушибы, сотрясение мозга, попадание инородных тел в глаз, ухо, нос. Первая медицинская помощь.	Беседа		
8	Первая медицинская помощь при укусах насекомых, змей, собак, кошек. Кровотечение из носа, оказание первой медицинской помощи.	Беседа.		

9	Оказание первой медицинской помощи при ожогах и обморожении.	Практическое занятие		
10	Когда следует вызывать «скорую помощь», порядок ее вызова. Оказание первой медицинской помощи при отравлениях.	Беседа. Ролевая игра «Вызов Скорой помощи»		
Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения(17ч)				
11	Безопасное поведение в быту. Опасные шалости и игрушки. Профилактика возможных опасных ситуаций в быту.	Решение ситуационных задач, поиск решений.		
12	Безопасное поведение на улицах и дорогах (повторение пройденного в 1—3 классах). Безопасность пешеходов при движении по дорогам.	Просмотр в\ф, беседа. Викторина.		
13	Схема безопасного маршрута в школу.	Повторение номеров экстренных служб. Повторение домашнего адреса. Составление маршрутных листов.		
14	Элементы дорог. Дорожная разметка.	Экскурсия		
15	Правила перехода дорог. Перекрестки. Сигналы, подаваемые водителями транспортных средств.	Просмотр в\ф, беседа. Встреча с представителем ГИБДД		
16	Дорожные знаки.	Практическое занятие, классификация знаков.		
17	Соблюдение правил движения велосипедистами. Причины дорожно-транспортного травматизма.	Просмотр в\ф, беседа.		
18	Железнодорожный транспорт, его особенности, безопасное поведение при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажира.	Просмотр в\ф, беседа.		
19	Железная дорога – место повышенной опасности.			
20	Основные правила поведения на воде, при купании, отдыхе у воды, катании на лодке.	Просмотр в\ф, беседа.		
21	Способы и средства спасения утопающих. Основные спасательные средства.	Просмотр в\ф, беседа.		
22	Безопасное поведение на природе. Ориентирование на местности. Понятие ориентира. Определение сторон горизонта по местным признакам.	Ориентирование на местности по компасу и местным признакам.		
23	Безопасная переправа через водную преграду. Умение вязать узлы.	Просмотр в\ф, беседа. Практическое занятие		
24	Костер. Меры пожарной безопасности при разведении костра.	Просмотр в\ф, беседа.		
25	Безопасное поведение во время грозы.	Беседа		

26	Внимание: ядовитые растения.	Беседа		
27	Съедобные и несъедобные грибы.			
Защита человека в чрезвычайных ситуациях (7 часов)				
28	Чрезвычайные ситуации мирного времени (аварии, катастрофы)	Просмотр в\ф, беседа.		
29	Чрезвычайные ситуации военного времени (военные конфликты)	Беседа		
30	Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения	Беседа		
31	Учебная эвакуация детей из помещения.	Практическое занятие		
32	«От игры к спорту»	Спортивный праздник		
33	«ЗОЖ»	Викторина		
34	Скажем вредным привычкам: «Нет!».	Тест-тренинг		

Ожидаемые результаты к концу 4 класса:

Способствовать соблюдению правил:

- движения на велосипедах;
- при следовании железнодорожным транспортом,
- поведения на воде, при купании, отдыхе у воды, катании на лодке.

Формировать умение:

- оказывать первую медицинскую помощь,
- ориентироваться на местности.