**МКОУ "Ретлобская СОШ"**

**МР "Цунтинский район" РД**

**Рассмотрена**

**на заседании МО учителей Утверждаю:**

**физической культуры протокол №2 от 25.08 2020г.**

**Директор школы**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Магомединов Ш.Г.**

**Проверена**

**Зам директора по ВР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Пахрудинов Д.М**

**"27" августа 2020 г.**

**ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**"ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ"**

**для обучающихся 8 класса на 2020-2021 уч.год**

**Пояснительная записка.**

Рабочая программа курса «ОБЖ» разработана для 8 класса в соответствии с требованиями:

1. Федерального государственного образовательного стандарта общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009г. №373 (с изменениями от 31.12.2015г. №1576).
2. Примерной программой внеурочной деятельности «Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное общее образование» В.А.Горский, А.А.Тимофеев – М. «Просвещение», 2010г., 111с.

Программа внеурочной деятельности рассчитана на 34 часа (1 час в неделю)

**Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

В результате изучения курса внеурочной деятельности по основам безопасности жизнедеятельности учащиеся 8 класса приобретут следующие результаты:

**В сфере метапредметных результатов**

* **Регулятивные УУД:** самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
* самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
* соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
* оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
* основам самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

**Познавательные УУД:**

* определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, устанавливать причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
* приёмам действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

**Коммуникативные УУД:**

* организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
* взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

**Содержание курса внеурочной деятельности**

**Тема1: Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся. (11ч)**

Источники и зоны повышенной опасности в современном городе: городской и общественный транспорт, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные коммуникации, строительные площадки, уличное электричество, промышленные предприятия. Правила безопасного поведения в зонах повышенной опасности. Системы обеспечения безопасности города. Правила вызова служб безопасности.

**Тема 2: Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (8ч)**

Средства оказания медицинской помощи. Перевязочные и лекарственные средства. Правила приема лекарственных средств. Понятие о травме и ране. Открытые и закрытые травмы. Общие признаки травм и ранений. Правила оказания первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах. Общая характеристика кровотечений. Наружное, внутреннее, артериальное, венозное, капиллярное и смешанное кровотечения. Первая медицинская помощь при кровотечении. Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета. Первая медицинская помощь при кровотечении из носа.

**Тема 3: Основы здорового образа жизни(4ч.)**

Понятие о личной безопасности. Опасные и безопасные места в населенном пункте. Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдные окраины города, глухие зоны парков и скверов, места массового скопления людей и т.д. Незнакомые взрослые и подростки. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций: перед подъездом, в подъезде, в лифте, на лестничной площадке, звонок в дверь, дверь вашей квартиры пытаются открыть; вы вернулись из школы, а дверь вашей квартиры открыта. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни во время прогулок.

**Пожарная безопасность**

Понятие о пожаре. Причины возникновения пожаров в жилых помещениях, общественных местах, на транспорте. Меры пожарной безопасности. Правила противопожарной безопасности в быту, в общественных местах. Правила безопасного поведения при пожаре в доме, в общественном месте, (если есть возможность выйти из квартиры; если нет возможности покинуть квартиру; при выходе через задымленный коридор); на транспорте. Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами. Первичные средства тушения пожаров. Подручные средства тушения пожаров. Виды огнетушителей и правила пользования ими.

**Тема 4: Защита человека в чрезвычайных ситуациях (3ч)**

**Мероприятия по защите населения от ЧС мирного и военного времени**

Средства индивидуальной защиты органов дыхания. История создания противогаза. Виды и назначение противогазов. Назначение фильтрующих гражданских противогазов. Правила пользования противогазом. Положение противогаза: «походное», «наготове», «боевое». Как правильно определить размер противогаза. Коллективные и индивидуальные средства защиты. Правила поведения в убежище.

**Тема 5: Физическая подготовка (6ч)**

**Правила безопасного поведения на улице, на транспорте**.

Современные улицы и дороги-зоны повышенной опасности. Причины возникновения ДТП. Безопасность участников дорожного движения. Правила безопасного поведения в общественном транспорте. Опасность пешехода и безопасность пассажира. Велосипедист – полноправный участник дорожного движения. Движение пешеходов по улицам и дорогам. Основные правила безопасности на городском общественном транспорте. Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на городском общественном транспорте. Предотвращение дорожно-транспортных происшествий. Вы – очевидец ДТП. Правила дорожного движения роллера, скейтбордиста, велосипедиста.

**Основы военной службы**

Защита Отечества – долг и обязанность граждан России.

История создания Российской армии. Виды, рода войск, символика Вооруженных Сил. Военная форма одежды. Дружба, войсковое товарищество-основа боевой готовности. Боевой знамя-символ воинской чести. Ордена, почетные награды за воинские заслуги. Дни воинской славы. Воинская дисциплина. Строевая подготовка: строевая стойка, повороты на месте, движение строевым и походным шагом, шаг на месте, движение бегом. Огневая подготовка. История создания пневматического оружия.

**Тема 6. Заключение** **(6ч)**

Правила техники безопасности с оружием. Психологическая подготовка к стрельбе. Прицеливание. Пристрелка. Тренировка исходного положения сидя. Выстрел. Тренировка исходного положения лежа.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Учебная тема** | **Количество**  **часов** |
|  | Тема 1. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся | **11** |
|  | Тема 2. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи | **8** |
|  | Тема 3. Основы здорового образа жизни | **4** |
|  | Тема 4. Защита человека в чрезвычайных ситуациях | **3** |
|  | Тема 5. Физическая подготовка.Основы военной службы | **6** |
|  | Тема 6. Заключение | **6** |
|  | Всего | **34ч.** |

**Календарно - тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Название темы** | | Кол- во часов | Дата проведения |
| **Раздел I. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся. (11ч)** | | | | |
|  | | Безопасное поведение на улицах и дорогах . | 1 |  |
|  | | Правила безопасного поведения в зонах повышенной опасности | 1 |  |
|  | | Встреча с инспектором ГИБДД | 1 |  |
|  | | Пожарная безопасность и поведение при пожарах | 1 |  |
|  | | Встреча с работником МЧС - пожарником | 1 |  |
|  | | Безопасное поведение на воде | 1 |  |
|  | | Встреча с работником МЧС - спасателем. | 2 |  |
|  | | Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера. Встреча с психологом школы | 1 |  |
|  | | Безопасное поведение на природе | 1 |  |
|  | | Нарушение экологического равновесия в местах проживания, правила поведения | 1 |  |
|  | | **Раздел II. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (8ч)** | | |
|  | | Хронические неинфекционные заболевания, их причина, связь с образом жизни. Встреча с медицинской сестрой. | 1 |  |
|  | | Основные виды травм у детей младшего школьного возраста, первая медицинская помощь | 1 |  |
|  | | Оказание первой медицинской помощи при укусах насекомых. | 1 |  |
|  | | Оказание первой медицинской помощи при порезах, ожогах | 1 |  |
|  | | Первая медицинская помощь при отравлении пищевыми продуктами | 1 |  |
|  | | Первая медицинская помощь при отравлении газами | 1 |  |
|  | | Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи | 1 |  |
|  | | Встреча с медицинской сестрой школы | 1 |  |
|  | | **Раздел III. Основы здорового образа жизни (4 ч.)** | | |
|  | | Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни» | 1 |  |
|  | | Основы личной гигиены | 1 |  |
|  | | Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика | 1 |  |
|  | | Пути укрепления здоровья | 1 |  |
|  | | **Раздел IV. Защита человека в чрезвычайных ситуациях (3ч)** | | |
|  | | Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения | 1 |  |
|  | | Подготовка обучаемых к действиям в ЧС мирного и военного времени | 1 |  |
|  | | Подготовка обучаемых к проведению практического занятия (изготовление ватно-марлевых повязок) | 1 |  |
|  | | **Раздел V.Физическая подготовка .Основы военной службы .(6ч.)** | | |
|  | | Ходьба спортивная. | 1 |  |
|  | | Бег с препятствиями | 1 |  |
|  | | Защита Отечества – долг и обязанность граждан России. Спортивные игры | 1 |  |
|  | | Игры с преодолением препятствий | 1 |  |
|  | | Подвижные игры | 1 |  |
|  | | Спортивная игра «Кто первый?» | 1 |  |
|  | | **Раздел VI. Заключение (2ч)** | | |
|  | | Конкурс рисунков «Мы за мир!» | 1 |  |
|  | | Игра «Зарничка» | 1 |  |

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Анастасова Л. П. Основы безопасности жизнедеятельности.: учеб. Для общеобразоват.

Учреждений/ Л. П. Анастасова, П. В. Ижевский, Н. В. Иванова. – 2е изд. – М. :

Просвещение, 2010. – 55с. : ил.

2. Нуждина Т. Д. Мир животных и растений. Ярославль: Академия развития: Академия и

К: Академия Холдинг, 2000.

3. Нуждина Т. Д. Мир вещей. Ярославль: Академия развития: Академия и К, 1998.

4. Основы безопасности и жизнедеятельности. 1 – 4 классы: Школьный курс в тестах,

кроссвордах, стихах, играх и задачах с картинками / Авт.-сост. Г. П. Попова. Волгоград:

Учитель, 2006.

5. Поляков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для

общеобразовательных учебных заведений. – 3-е изд. М.: Дрофа; ДиК, 1998.

6. Поторочина Е. А. Плурочные разработки по основам безопасности жизнедеятельности:

1 класс. – М,: ВАКО, 2008. – 128с. – (В помощь учителю).

7. Усачёв А. А., Березин А. И. Школа безопасности: Учебник для начальной школы по

курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». 3-е изд. М.: АСТ, 1999.

8. Цвилюк Г. Е. Азы безопасности: Книга для детей и родителей. М.: Просвещение, 1994

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Анастасова Л. П. Основы безопасности жизнедеятельности.: учеб. Для общеобразоват.

Учреждений/ Л. П. Анастасова, П. В. Ижевский, Н. В. Иванова. – 2е изд. – М. :

Просвещение, 2010. – 55с. : ил.

2. Нуждина Т. Д. Мир животных и растений. Ярославль: Академия развития: Академия и

К: Академия Холдинг, 2000.

3. Нуждина Т. Д. Мир вещей. Ярославль: Академия развития: Академия и К, 1998.

4. Основы безопасности и жизнедеятельности. 1 – 4 классы: Школьный курс в тестах,

кроссвордах, стихах, играх и задачах с картинками / Авт.-сост. Г. П. Попова. Волгоград:

Учитель, 2006.

5. Поляков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для

общеобразовательных учебных заведений. – 3-е изд. М.: Дрофа; ДиК, 1998.

6. Поторочина Е. А. Плурочные разработки по основам безопасности жизнедеятельности:

1 класс. – М,: ВАКО, 2008. – 128с. – (В помощь учителю).

7. Усачёв А. А., Березин А. И. Школа безопасности: Учебник для начальной школы по

курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». 3-е изд. М.: АСТ, 1999.

8. Цвилюк Г. Е. Азы безопасности: Книга для детей и родителей. М.: Просвещение, 1994

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Анастасова Л. П. Основы безопасности жизнедеятельности.: учеб. Для общеобразоват.Учреждений/ Л. П. Анастасова, П. В. Ижевский, Н. В. Иванова. – 2е изд. – М. :Просвещение, 2012. – 55с. : ил.

2. Нуждина Т. Д. Мир животных и растений. Ярославль: Академия развития: Академия и К: Академия Холдинг, 2012.

3. Нуждина Т. Д. Мир вещей. Ярославль: Академия развития: Академия и К, 2012.

8. Цвилюк Г. Е. Азы безопасности: Книга для детей и родителей. М.: Просвещение, 200 4.

9. Якупов А. М. Безопасность на улицах и дорогах:: Методическое пособие для учителя.М.: АСТ-ЛТД, 2014