


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 2 города Гвардейска»**

238210, Калининградская область,  
гор. Гвардейск, ул. Тельмана 30-а,

тел/факс: 8-401-59-3-16-96  
E – mail: gvardeiskschool@yandex.ru  
http: //wwwgvardejskschool. ru.

Рекомендована к использованию  
Педагогический совет  
Протокол от 28.06.2018г.№9



Утверждаю  
Приказ от 28.06.2018г.№ 550  
Директор школы  
  
Дуганова Г.И.

**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности**

Наименование курса внеурочной деятельности **Основы безопасности**

**жизнедеятельности**

Класс **4**

Срок реализации программы, учебный год **2018-2019**

Рабочую программу составил(а) **Иванова З.М.**

г. Гвардейск

2018год

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности 3 стр.
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм и видов деятельности 3 стр
3. Тематическое планирование 6 стр
4. Описание учебно-методического обеспечения образовательного процесса 8 стр.

## **I. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

В ходе реализации содержания программы учащиеся **4 класса** должны овладеть не только правилами безопасного поведения в различных ситуациях, но и путями и средствами укрепления здоровья: уметь оказывать первую медицинскую помощь, общаться со сверстниками и взрослыми, знать о значении природного окружения для здоровья человека.

### **К концу 4 класса учащиеся должны знать:**

- приемы и способы действия в опасных и чрезвычайных ситуациях, в том числе способы оказания или поиска помощи;
- правила безопасного поведения дома, в школе, на улице и дороге, за городом;
- правила перехода дороги;
- правила движения на велосипедах;
  - правила безопасного поведения при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажира;
  - основные правила поведения на воде зимой и летом, при купании, отдыхе у воды, катании на лодке. Способы и средства спасания утопающих. Основные спасательные средства;
  - как ориентироваться на местности. Как организовать безопасную переправу через водную преграду;
  - меры пожарной безопасности при разведении костра;
  - когда следует вызывать «скорую помощь» и порядок ее вызова;
  - основы здорового образа жизни;
  - основные понятия - «здоровье», «здоровый образ жизни». Факторы, влияющие на состояние здоровья (курение, алкоголь, токсикомания).

### **К концу 4 класса учащиеся должны уметь:**

- правильно переходить дорогу, перекресток;
  - пользоваться простейшими средствами защиты органов дыхания, огнетушителем;
  - ориентироваться на местности: определить стороны горизонта по солнцу, звездам и местным предметам.
  - пользоваться подручными плавсредствами;
  - вызвать «скорую помощь», оказать первую помощь при порезах и ссадинах, ушибе, небольшом ожоге, при попадании инородного тела в глаз, ухо или нос, при укусе насекомыми, собакой, кошкой, при кровотечении из носа;
  - оказывать первую медицинскую помощь при травме опорно-двигательного аппарата (кисти рук, бедра, колена).

## **II. Основное содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм и видов деятельности**

### **Раздел 1. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся**

#### ***Тема 1. Предупреждение бытового травматизма***

Основные причины травматизма у детей. Правила поведения в помещениях. Правила пользования электробытовыми приборами. Пожарная безопасность. Опасные шалости и игрушки. Профилактика возможных опасных ситуаций в быту. Опасная высота. Как правильно пользоваться огнетушителем.

## ***Практическое занятие №1 «Правила поведения в быту»***

### ***Тема 2. Безопасное поведение на улицах и дорогах***

Безопасность пешеходов при движении по дорогам.

Виды транспортных средств. Интенсивность и скорость движения городского транспорта. Тормозной путь.

Элементы дорог. Дорожная разметка. Правила перехода дорог. Перекрестки. Сигналы, подаваемые водителями транспортных средств. Езда на велосипеде, мопеде, мотоцикле. Основные правила езды и меры безопасности. Соблюдение правил дорожного движения велосипедистами. Причины дорожно-транспортного травматизма.

Государственная инспекция безопасности Дорожного Движения (ГИБДД). Предназначение и задачи ГИБДД. Что делать в ЧС на дороге.

Поведение школьников вблизи ж/д путей. Правила перехода и переезда через них. Охраняемые и неохранные переезды. Железнодорожный транспорт, его особенности, безопасное поведение при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажира.

### ***Практическое занятие №2 «Правила перехода дороги»***

### ***Практическое занятие №3 «Правила поведения на железнодорожном транспорте»***

### ***Контрольная работа №1 «Безопасность пешеходов»***

### ***Тема 3. Безопасное поведение на воде***

Водоемы нашей местности. Правила купания в открытых водоемах. Основные правила поведения на воде, при купании, при отдыхе у воды, при катании на лодке. Способы и средства спасания утопающих. Основные и подручные спасательные средства спасения на воде.

### ***Тема 4. Безопасное поведение на природе***

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

Безопасная переправа через водную преграду. Умение вязать узлы. Костер. Меры пожарной безопасности при разведении костра.

### ***Практическое занятие №4 «Правила разведения костров»***

## **Раздел 2. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи**

Основные виды и причины травм у детей младшего школьного возраста. Первая медицинская помощь при травмах. Переломы, вывихи и растяжения связок. Когда следует вызывать «скорую помощь» и 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. Кровотечения из носа - оказание первой медицинской помощи. Выработка умения оказывать первую медицинскую помощь при травмах. Понятие о само- и взаимопомощи. Лекарственные и ядовитые растения.

### ***Практическое занятие №5 «Первая медицинская помощь при травме кисти»***

### ***Практическое занятие №6 «Первая медицинская помощь при ушибах»***

### ***Практическое занятие №7 «Кровотечения из носа - оказание первой медицинской помощи»***

### ***Практическое занятие №8 «Первая медицинская помощь при травмах»***

### ***Контрольная работа №2 «Основные виды и причины травм у детей младшего***

### **Раздел 3. Основы здорового образа жизни**

#### **Тема 1. Основные понятия - «здоровье» и «здоровый образ жизни»**

Понятие здоровья и факторах, 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.

#### **Тема 2. Пути укрепления здоровья**

Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика. Курение и его влияние на состояние здоровья. Алкоголь и его влияние на умственную и физическую работоспособность человека. Профилактика вредных привычек.

Взаимосвязь здоровья и здорового образа жизни. Личная и общественная гигиена.

#### **Практическое занятие №9 «Личная гигиена»**

### **Раздел 4. Защита человека в чрезвычайных ситуациях**

ЧС мирного и военного времени (аварии, катастрофы, военные конфликты). ЧС – что это? Правила поведения при ЧС. Уроки городской безопасности. Основные мероприятия ГО по защите населения

Городские службы спасения. МЧС. Умение преодолевать страх.

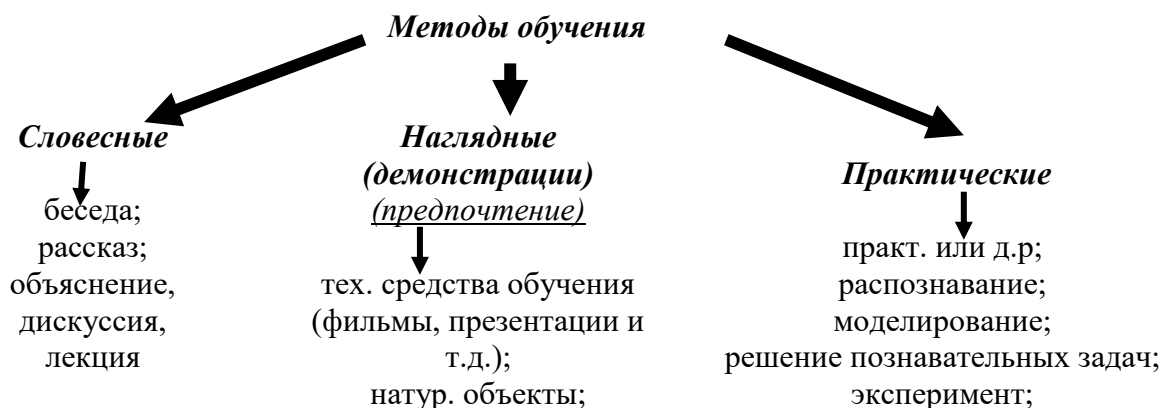
#### **Практическое занятие № 10 «Эвакуация при различных видах ЧС»**

#### **Формы организации работы:**

- фронтальные
- групповые
- индивидуальные

#### **Виды деятельности педагога и детей**

- конкурсы и олимпиады по основам безопасности жизнедеятельности.
- эвакуационно-тренировочные занятия;
- просмотр видеофрагментов;
- практические занятия;
- круглый стол с представителями ГИБДД, врачами, родителей, педагогов и учащихся
- встречи со специалистами МЧС.



натур. изобр. сред.  
(схемы, графики, карты).

наблюдение;  
упражнения.

**2. Репродуктивные, объяснительно-иллюстративные, поисковые, исследовательские, проблемные и др.** (по характеру учебно-познавательной деятельности)

**3. Индуктивные дедуктивные** (по логике изложения и восприятия материала)

### III. Тематическое планирование

№ раздела	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Количество	
			практических работ	контрольных работ
<b>Раздел 1</b>	<b>Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>1</b>
	Тема 1. Предупреждение бытового травматизма	5	1	
	Тема 2. Безопасное поведение на улицах и дорогах	10	2	1
	Тема 3. Безопасное поведение на воде	2		
	Тема 4. Безопасное поведение на природе	3	1	
<b>Раздел 2.</b>	<b>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>1</b>
<b>Раздел 3.</b>	<b>Основы здорового образа жизни</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	
	Тема 1. Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни»	2		
	Тема 2. Пути укрепления здоровья	3	1	
<b>Раздел 4.</b>	<b>Защита человека в чрезвычайных ситуациях</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	
<b>Итого:</b>		<b>34</b>	<b>10</b>	<b>2</b>

№ п/п	Название раздела (с указанием общего количества часов, отводимых на освоение этого раздела)
<b>РАЗДЕЛ 1. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся (20 часов)</b>	
<b>Тема 1. Предупреждение бытового травматизма (5 часов)</b>	
1	Введение Основные причины травматизма у детей. Правила поведения в помещениях
2	Правила пользования электробытовыми приборами.
3	Основные шалости и игрушки.
4	Профилактика возможных опасных ситуаций в быту.
5	Опасная высота. Как правильно пользоваться огнетушителем. Практическое занятие «Правила поведения в быту»,
<b>Тема 2. Безопасное поведение на улицах и дорогах (10 часов)</b>	
6	Безопасность пешеходов при движении по дорогам.
7	Виды транспортных средств. Интенсивность и скорость движения городского транспорта
8	Элементы дорог. Дорожная разметка. Правила перехода дорог. Практическое занятие «Правила перехода дороги».

9	Езда на велосипеде, мопеде, мотоцикле. Основные правила езды и меры безопасности. Соблюдение правил дорожного движения велосипедистами
10	Обобщение по теме: «Когда вы становитесь пешеходом и водителем»
11	Причины дорожно-транспортного травматизма
12	Государственная инспекция безопасности Дорожного Движения (ГИБДД)
13	Поведение школьников вблизи ж/д путей
14	Железнодорожный транспорт, его особенности, безопасное поведение при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажира
15	Что делать в ЧС на дороге. К/р «Безопасность пешеходов»
<b>Тема 3. Безопасное поведение на воде (2 часа)</b>	
16	Водоемы нашей местности. Правила купания в открытых водоемах
17	Основные и подручные спасательные средства спасения на воде.
<b>Тема 4. Безопасное поведение на природе (3 часа)</b>	
18	Ориентирование на местности
19	Безопасная переправа через водную преграду. Умение вязать узлы
20	Костер. Меры пожарной безопасности при разведении костра
<b>РАЗДЕЛ 2. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи- (6 часов)</b>	
21	Основные виды и причины травм у детей младшего школьного возраста. Первая медицинская помощь при травмах
22	Понятие о само- и взаимопомощи. Лекарственные и ядовитые растения
23	Ушибы, сотрясение мозга, попадание инородных тел в глаз, ухо, нос первая медицинская помощь
24	Первая медицинская помощь при укусах насекомых, собак, кошек
25	Переломы, вывихи и растяжения связок
26	ПМП при травмах. Контрольная работа
<b>РАЗДЕЛ 3. Основы здорового образа жизни (5 часов)</b>	
<b>Тема 1. Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни» (2 часа)</b>	
27	Основы здорового образа жизни и безопасность человека Повторение «Предупреждение бытового травматизма»
28	Инфекционные болезни. Профилактика инфекционных заболеваний. Повторение «Безопасное поведение на улицах и дорогах»
<b>Тема 2. Пути укрепления здоровья (3 часа)</b>	
29	Курение и алкоголь, их влияние на состояние здоровья, на умственную и физическую работоспособность человека. Повторение «Безопасное поведение на воде»
30	Взаимосвязь здоровья и здорового образа жизни Повторение «Безопасное поведение на природе»
31	Профилактика вредных привычек Повторение «Основные виды травм у детей младшего школьного возраста, первая медицинская помощь»
<b>РАЗДЕЛ 4. Защита человека в чрезвычайных ситуациях (3 часа)</b>	
32	ЧС – что это? Правила поведения при ЧС. Повторение «Здоровье и здоровый образ жизни»
33	Уроки городской безопасности Повторение «Безопасное поведение на улицах и дорогах»
34	Городские службы спасения. МЧС. Умение преодолевать страх
<b>Итого – 34 часа</b>	

## ПЕРЕЧЕНЬ ОБЯЗАТЕЛЬНЫХ КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ

№	Тема контрольной работы
1	Безопасность пешеходов
2	Основные виды и причины травм у детей младшего школьного возраста и первая медицинская помощь при травмах

### ПЕРЕЧЕНЬ ОБЯЗАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

№	Тема практической работы
1	Правила поведения в быту
2	Правила перехода дороги
3	Правила поведения на железнодорожном транспорте
4	Правила разведения костров
5	Первая медицинская помощь при травме кисти
6	Первая медицинская помощь при ушибах
7	Кровотечения из носа - оказание первой медицинской помощи
8	Первая медицинская помощь при травмах
9	Личная гигиена
10	Эвакуация при различных видах ЧС

#### IV. Описание учебно-методического обеспечения образовательного процесса

1. Анастасова Л. П. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 3—4 кл. / Л. П. Анастасова, П. В. Ижевский, Н. В. Иванова. — М.: Просвещение, 2010
2. Анастасова Л.П. Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочая тетрадь для 4 кл. / Л. П. Анастасова, П. В. Ижевский, Н. В. Иванова. — М.: Просвещение, 2010
3. Игровой модульный курс по ПДД, или школьник вышел на улицу. 1-4 классы – М.: Вако, 2009
4. Г.П. Попова. ОБЖ 1-4 классы Школьный курс в тестах, кроссвордах, стихах, играх и задачах с картинками – Волгоград: Учитель, 2005
5. Е.Ю. Лавлинская Изучаем правила дорожного движения. Разработки уроков и тематических занятий в 1-4 классах – Волгоград: Учитель, 2008
6. В.Ю. Микрюков Военно-патриотическое воспитание школьников 1-11 классы – М.: Вако, 2009
7. Синякова В.А. Поурочные разработки по ОБЖ / В.А. Синякова — М.: ВАКО, 2009
8. Программа для учащихся ОУ 1-11 кл. / Под общей редакцией А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008