МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет по образованию Санкт- Петербурга

Администрация Калининского района Санкт - Петербурга
ГБОУ Гимназия № 63

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
МС ГБОУ Гимназии №63	Педагогический совет	Директор
Председатель	ГБОУ Гимназии №63	ГБОУ Гимназии №63
_____/В.С. Сладкова /		Калининского района
		Туманова Ольга Геннадьевна Подписано цифровой подписью: Туманова Ольга Геннадьевна Дата: 2026.09.07 12:19:35 +03'00' О.Г. Туманова
Протокол м/с №8	Протокол № 14	Приказ №153
от «11» июня 2026 г.	от «31» августа 2026г.	от «31» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(ID 7388948)

"Моя безопасность"

для обучающихся 5 классов

Санкт - Петербург, 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "Моя безопасность"

Рабочая программа «Моя безопасность» представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности для работы с учащимися 5-х классов по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению развития личности. Данная программа реализуется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (далее ДОТ) и может быть реализована с использованием исключительно этих технологий. Рабочая программа составлена на основе:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 05.07.2021 № 64101);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 17.08.2022 № 69675);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74223)
- Плана внеурочной деятельности ГБОУ Гимназии №63 Калининского района Санкт-Петербурга на 2026-2027 учебный год.

Данная программа составлена с учетом требований Рабочей программы воспитания ГБОУ Гимназии №63 и ее реализация в процессе организации учебной деятельности обеспечивает:

- установление взаимоотношений субъектов деятельности на уроке как отношений субъектов единой совместной деятельности, обеспечиваемой общими активными интеллектуальными усилиями;
- организацию на уроках активной деятельности учащихся, в том числе поисково- исследовательской, на разных уровнях познавательной самостоятельности (в этом и заключается важнейшее условие реализации воспитательного потенциала современного урока - активная познавательная деятельность детей);
- использование воспитательных возможностей предметного содержания через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе.
- Программа рассчитана на 1 час в неделю,17 часов в полугодии.

Реализация программы способствует формированию оптимального развития, способствует самовыражению личности и поэтому является **актуальной.**

Курс внеурочной деятельности "Моя безопасность" направлен на формирование у школьников знаний, умений и навыков, необходимых для безопасного поведения в различных ситуациях (повседневных, транспортных, чрезвычайных) и укрепления здоровья.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "Моя безопасность"

Цели:

- дать: знания о здоровье и ЗОЖ; знания о правилах поведения в экстремальных ситуациях;
- научить: говорить, слушать, искать знания; оказать помощь;
- воспитать: культуру мышления; культуру общения;
- формировать: достоинство, нравственные убеждения;
- развить: способности, память, внимание; самоконтроль.

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "Моя безопасность"

Формы проведения занятий курса "Моя безопасность" могут включать разнообразные виды деятельности: беседы, игры, дискуссии, практические занятия

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "Моя безопасность"

5 КЛАСС

Содержание курса "Моя безопасность" обычно охватывает формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, транспорте и в экстренных ситуациях, включая знания, установки и нормы поведения для сохранения здоровья и безопасности. Конкретные темы варьируются в зависимости от программы, но могут включать личную, транспортную, пожарную, экологическую и информационную безопасность, а также поведение в чрезвычайных ситуациях.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

· осознание важности здорового образа жизни;
· соблюдение правил здорового образа жизни;
· соблюдение правил безопасности в быту, в школе, на прогулках;
· способность оценивать своѐ поведение в разных жизненных ситуациях с точки зрения безопасности;
· способность предвидеть опасные ситуации и избегать их;
· быть готовыми к преодолению опасных ситуаций в случае их неизбежности.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

· анализ ситуаций, влияющих положительно или отрицательно на самочувствие и здоровье человека;
· сравнение примеров опасного и безопасного поведения;
· планирование и организация своей жизни и деятельности с учѐтом безопасности;
· обобщение изученного материала, формулирование выводов о возможных причинах возникновения опасных ситуаций.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

5 КЛАСС

· расширение знаний о здоровом образе жизни, ситуациях, которые нарушают его, и причинах их возникновения;
· использование полученных знаний в учебных ситуациях, применение знаний для прогнозирования и оценки поведения;
· расширение кругозора и культурного опыта школьника, формирование умения воспринимать мир не только рационально, но и образно.

1. Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата).
2. Использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа.
3. Участие в практической деятельности, проведении спортивно-тренировочных мероприятий, приобщение к поисковой и творческой деятельности.
4. Поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа.
5. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.
6. Воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде; к личному здоровью, как индивидуальной, так и общественной ценности; к безопасности личности, общества и государства.
7. Овладение умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и план своих действий в конкретной опасной ситуации, с учетом реальной обстановки и своих возможностей.
8. Развитие личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; потребность соблюдать нормы здорового образа жизни.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Кол-во час	Основное содержание	Основные виды деятельности
Раздел 1. Техника безопасности на уроках ОБЖ.				
1.1	Техника безопасности на уроках ОБЖ.	1	Организация охраны труда и ответственность за её нарушения	Сравнивают, анализируют, характеризуют
1.2	Техника безопасности в доме .	1	обучение правилам обращения с электроприборами, предотвращению пожаров, безопасному поведению при встрече с незнакомцами, а также знание номеров экстренных служб и действий при чрезвычайных ситуациях, например, при пожаре, когда нельзя пользоваться лифтом.	Сравнивают, анализируют, характеризуют
Итого		2		
2.1	Выполнение правил бережного отношения к нервной системе	1	изучение особенностей человеческого организма, а также факторов, влияющих на нервную систему (стресс, режим дня, питание), и способов её защиты и укрепления	Сравнивают, анализируют, характеризуют
2.2	Питаемся правильно .	1	изучение принципов сбалансированного питания, формирование разнообразного и полноценного рациона, оптимизацию режима приемов пищи (дробное питание) и выбор правильных продуктов	Сравнивают, анализируют, характеризуют
2.3	Здоровый образ жизни факторы влияющие на здоровье .	1	физическая активность, сбалансированное питание, полноценный сон, соблюдение режима дня	Сравнивают, анализируют, характеризуют
2.4	Чистота залог здоровья	1	ознакомление с правилами личной гигиены	Сравнивают, анализируют, характеризуют
2.5	Закаливание	1	формировании устойчивости организма к неблагоприятным факторам окружающей среды	Сравнивают, анализируют, характеризуют
Итого		5		
3.1	Подросток и компьютер .	1	ознакомление с вредом чрезмерного сидения за ПК, упражнения для сохранения здоровья	Сравнивают, анализируют, характеризуют
3.2	Дорога в школу и обратно	1	правила безопасного передвижения пешеходов, особенно детей	Сравнивают, анализируют, характеризуют
3.3	Школьник как пассажир	1	обучение детей безопасному поведению в транспорте	Сравнивают, анализируют, характеризуют
3.4	Общие правила поведения школьника.	1	соблюдение учебной дисциплины	Сравнивают, анализируют, характеризуют
3.5	Ориентирование школьников в помещении	1	помощь школьникам в выборе профессионального пути	Сравнивают, анализируют, характеризуют

3.6	Правила поведения школьника .	1	соблюдение общего распорядка школы	Сравнивают, анализируют, характеризуют
3.7	Если в школе пожар	1	действия при обнаружении пожара, как сообщить о нем взрослым и пожарным, правила эвакуации из здания	Сравнивают, анализируют, характеризуют
Итого		7		
Раздел 4. ПДД				
4.1	Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения	1	формирование знаний и навыков безопасного поведения на дороге, профилактику дорожно-транспортного травматизма, а также воспитание культуры и ответственности участников дорожного движения	Сравнивают, анализируют, характеризуют
Итого		1		
Раздел 5. Безопасность в доме				
5.1	Техника безопасности в доме .	1	обучение правилам обращения с электроприборами, предотвращению пожаров, безопасному поведению при встрече с незнакомцами, а также знание номеров экстренных служб и действий при чрезвычайных ситуациях	Сравнивают, анализируют, характеризуют
5.2	Мой безопасный дом	1	формирование у детей знаний и навыков безопасного поведения в быту, включая правила обращения с электроприборами и химическими средствами, а также правила безопасности на балконе и лестнице	Сравнивают, анализируют, характеризуют
Итого		2		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		17		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС

№ п/п	**Тема урока**	**Количество часов**
		Всего
1	Техника безопасности на уроках ОБЖ. Необходимость изучения предмета ОБЖ .	1
2	Выполнение правил бережного отношения к нервной системе	1
3	Питаемся правильно	1
4	Здоровый образ жизни факторы влияющие на здоровье .	1
5	Чистота залог здоровья	1
6	Закаливание	1
7	Подросток и компьютер .	1
8	Мой безопасный дом	1
9	Техника безопасности в доме	1
10	Дорога в школу и обратно	1
11	Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения	1
12	Правила поведения при пожаре. Безопасное поведения	1
13	Школьник как пассажир	1
14	Общие правила поведения школьника	1

15	Ориентирование школьников в помещении	1
16	Правила поведения школьника	1
17	Если в школе пожар	1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		17