


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Гимназия №63 Калининского района Санкт-Петербурга

«РЕКОМЕНДОВАНО»

МС ГБОУ Гимназии №63  
Протокол № 7 от 08.06.2022г.  
Председатель МС  /Лаврова Т.В./

«ПРИНЯТО»

Педагогический совет  
Образовательного учреждения  
Протокол № 9 от 09.06.2022 г.



«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор ГБОУ Гимназии №63  
Туманова О.Г.  
Приказ № 149 от 15.06.2022 г.

«Моя безопасность»

для 5 «а, б, в» классов  
возраст: 10-11 лет  
1 час в неделю ( 17 часов в полугодии)

Составитель: Шипунова Дина Сергеевна- учитель физической культуры

2022 - 2023 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 № 1897 (далее – ФГОС основного общего образования, с изменениями и дополнениями );
- Плана внеурочной деятельности ГБОУ Гимназии №63 Калининского района Санкт-Петербурга на 2022-2023 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.**

### **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.

### **Задачи:**

- Изучение правил обеспечения безопасности на транспорте;
- Продолжение изучения правил пожарной безопасности, действий учащихся при пожаре;

- Ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;
- Знакомство с мерами по профилактике травм в школьном возрасте;
- Изучение и освоение основ медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи;
- Иметь представление об основных видах здорового образа жизни;
  - Знать основные понятия и основные термины правил дорожного движения.

### **Планируемые результаты.**

#### **Личностные результаты:**

- осознание важности здорового образа жизни;
- соблюдение правил здорового образа жизни;
- соблюдение правил безопасности в быту, в школе, на прогулках;
- способность оценивать своё 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 учётом безопасности;
- обобщение изученного материала, формулирование выводов о возможных причинах возникновения опасных ситуаций.

#### **Предметные результаты:**

- 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.

#### УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема занятия		План	Факт	Формы организации деятельности
1.	Техника безопасности на уроках ОБЖ. Необходимость изучения предмета ОБЖ .	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют
2.	Выполнение правил бережного отношения к нервной системе	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют
3.	Питаемся правильно .	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют
4.	Здоровый образ жизни факторы влияющие на здоровье .	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют
5.	Чистота залог здоровья .	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют
6.	Закаливание .	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют

7.	Подросток и компьютер .	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют
8.	Мой безопасный дом .	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют
9.	Техника безопасности в доме .	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют
10.	Дорога в школу и обратно .	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют
11.	Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют
12.	Правила поведения при пожаре. Безопасное поведения .	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют
13.	Школьник как пассажир .	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют
14.	Общие правила поведения школьника.	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют
15.	Ориентирование школьников в помещении .	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют
16.	Правила поведения школьника .	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют
17.	Если в школе пожар .	1			Сравнивают, анализируют, характеризуют

#### **Список используемой литературы:**

1. Основы безопасности жизнедеятельности: Виноградова Н.Ф., Смирнов Д.В., Сидоренко Л.В. и другие 5-7 Общество с ограниченной ответственностью Издательский центр «ВЕНТАНА-ГРАФ» От 20 мая 2020 года

2. Основы безопасности жизнедеятельности: Поляков В.В., Кузнецов М.И., Латчук В.Н., 5 класс Москва «Дрофа» 2014 год