

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Игринская средняя общеобразовательная школа №2

ПРИНЯТО
на заседании
педагогического совета
№ 14 от 30 августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ
Игринской СОШ №2
Богданов С.А.
Приказ № 14 от 30 августа 2022 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»
социально-педагогической направленности
возраст: 11 - 12 лет
срок реализации: 2022-2023 уч. год

Составитель:
Андреева Людмила Николаевна,
педагог дополнительного образования
МБОУ Игринской СОШ №2

Игра, 2022

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся», Приказом Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Приказ Министерства образования и науки УР от 20.03.2018 № 281 «Об утверждении правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Удмуртской Республике», Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», паспортом федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07 декабря 2018 года, протокол №3), Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 года №816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (включая разноуровневые программы, разработанные Минобр. науки совместно с ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 год) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09-3242); Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально – психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей – инвалидов с учетом их особых образовательных потребностей (Письмо Министерства образования и науки РФ №ВК-641,09 от 26.03.2016 года

Направленность: социально - педагогическая.

Актуальность программы заключается в том, что в настоящее время жизненно необходимым становится формирование у обучающихся современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, обществ, убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья.

Программа реализуется в соответствии с социальным заказом и запросами учащихся и их родителей, выявленными на основе результатов анкетирования. В целях обеспечения безопасности жизнедеятельности своего ребенка многие родители хотят направить своих детей на занятия в объединения, направленных на освоение учащимися знаний о безопасном поведении, развития у учащихся качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни

Родители отметили важность воспитания у обучающихся чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни, что учитывается в дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Школа безопасности».

Занятия помогают дополнительно познакомиться и практически научиться правилам безопасности в быту и на природе, умению оказывать первую доврачебную помощь, дополнительно изучить основы здорового образа жизни.

Цель программы:

Формирование у учащихся культуры безопасного поведения, здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья.

Задачи:

Личностные:

- развивать у обучающихся целостное мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- прививать ценности здорового и безопасного образа жизни; интегрирование правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на природе, общественных местах;
- развивать основы экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- развивать у обучающихся качества личности, необходимые для ведения здорового образа жизни, для обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- воспитывать у обучающихся чувства ответственности за личную безопасность, ценностное отношение к своему здоровью и жизни, ответственное отношение к собственным мыслям, словам, поступкам;
- формировать активную жизненную позицию;
- сформировать убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;

- сформировать понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества, понимания необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека.

Метапредметные:

- сформировать умение ориентироваться в системе знаний;
- сформировать умение излагать свои мысли в четкой логической последовательности, формировать понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- сформировать умение анализировать ситуацию, отстаивать свою точку зрения, самостоятельно находить ответы на вопросы путем логических рассуждений;
- сформировать навыки ведения проекта, проявление компетенции в вопросах, связанных с темой проекта;
- ориентировать в умении самостоятельно планировать пути достижения цели, соотносить свои действия с планируемыми результатами, оценивать правильность выполнения учебных задач;
- развивать коммуникативные умения и овладение опытом межличностных коммуникаций (ведение дискуссий, работа в группах, выступление с сообщениями);
- развивать информационно – коммуникационную компетентность

Предметные:

- сформировать у обучающихся знания о безопасном поведении в повседневной жизнедеятельности и в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- сформировать у обучающихся представление о культуре безопасного поведения;
- совершенствовать знания, умения, навыки у обучающихся в области безопасности жизнедеятельности и сохранения здоровья;
- создавать условия для овладения умениями предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления;
- сформировать умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- ориентировать в умении предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- сформировать понятия опасных ситуаций и принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- сформировать умение оказания доврачебной помощи в природных условиях.

Отличительные особенности программы

Программа дополняет школьные учебные предметы по ОБЖ, биологии, физической культуре, краеведению, информатике, технологии, что способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте, явлении, содействует лучшему усвоению содержания курса, установлению более прочных связей учащегося с повседневной жизнью и окружающим миром, усилению развивающей и культурной составляющей программы.

Программа разработана в соответствии с современной Концепцией преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательных организациях. Структура программы направлена на формирование компетенций в области безопасности жизнедеятельности и культуры безопасного поведения, создание условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребёнка, получение опыта самостоятельных действий. Преимущество данной программы выражено в том, что она является целостной и непрерывной в течение всего процесса обучения, позволяет учащемуся шаг за шагом приобщаться к безопасным условиям жизнедеятельности, раскрывать в себе творческие возможности. Специфика данной программы заключается в том, что материал изучается блоками и предусматривает практические (урок, деловая игра, практикум) и теоретические занятия (беседы, лекции, доклады, самостоятельное изучение теоретических тем).

Адресат программы.

Программа курса рассчитана для учащихся среднего звена, возраст учащихся 11-12 лет. Наполняемость групп – 8 - 25 человек. Программа реализуется на базе МБОУ Игринской СОШ №2

Уровень программы: стартовый.

	Уровень	Год обучения	Уровень освоения
1.	Стартовый	1 год	Учащиеся приобщаются к безопасным условиям жизнедеятельности в окружающей среде и в природе
2.	Базовый	2 год	У учащихся формируются практические умения и навыки поведения в экстремальных ситуациях через освоение специальных знаний.

Объем программы: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» рассчитана на 1 год обучения 72 часа.

Формы организации образовательного процесса:

групповые и индивидуальные. Форма обучения может быть очная, заочная, очно – заочная, так же допускается сочетание различных форм обучения.

Виды деятельности: лекции, практические занятия, самостоятельная работа, мастер – классы, творческие мастерские, выставки, экскурсии, праздники.

Условия, формы и технологии реализации программы «Школа безопасности» учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся.

Программа базируется на основных принципах дополнительного образования:

- выбор различных видов деятельности, в которых происходит личностное и профессиональное самоопределение учащихся;
- вариативность содержания и форм организации образовательного процесса;
- адаптивность к возникающим изменениям.

Педагогический процесс основывается на принципе индивидуального подхода к каждому ребенку. Задача индивидуального подхода – наиболее полное выявление персональных способов развития возможностей учащегося, формирование его личности и возраст учащихся. Индивидуальный подход помогает отстающему учащемуся наиболее успешно усвоить материал и стимулирует его творческие способности, а для учащихся, чей уровень подготовки превышает средний показатель по группе, позволяет построить индивидуальный образовательный маршрут.

Сроки реализации. Программа рассчитана на 1 год обучения.

Режим занятий: 1 год обучения - 1 раз в неделю по 2 академических часа (72 часа в год).

2 год обучения - 1 раз в неделю по 2 академических часа (72 часа в год)

Формы контроля: устный опрос, участие в выставках, конкурсах, создание творческих работ по окончании разделов, беседа, викторина, тестирование, квест – игра, самостоятельная работа .

Ожидаемые образовательные результаты.

Личностные результаты:

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта

экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях

- формирование основ гражданской идентичности личности;
- готовность к переходу к самообразованию на основе учебно-познавательной мотивации, в том числе готовность к выбору направления профильного образования;
- формирование социальных компетенций, включая ценностно-смысловые установки и моральные нормы, опыт социальных и межличностных отношений, правосознание;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

Метапредметные результаты

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;
- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы.
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.
- смысловое чтение (находить в тексте требуемую информацию; ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст; устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов; резюмировать главную идею текста; критически оценивать содержание).

- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.
- развитие мотивации к овладению культурой активного использования различных поисковых систем
- умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности.

Предметные результаты:

- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных окружающей среде и в природе, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека.
- условия реализации программы предполагают единство целей, содержания, форм и методов, обеспечивающих успешность процесса социальной адаптации учащихся к современному социуму.

Материально-техническое обеспечение:

кабинет ОБЖ, компьютер, принтер, интерактивная доска.

Информационно-методическое обеспечение:

- специализированная литература, иллюстрации, таблицы;
- звуковые и смешанные (аудио и видео) методические материалы;
- цифровые образовательные ресурсы

Стационарные наглядные пособия:

- таблицы по основам безопасности жизнедеятельности ;
- аптечка первой помощи « ФЕСТ»;
- набор имитаторов травм и поражений;
- тренажер – манекен для тренировки удаления инородного тела из верхних дыхательных путей;
- компасы;
- транспортиры;
- бинты марлевые;
- вата гигроскопическая нестерильная;
- жгуты кровоостанавливающие;
- индивидуальные перевязочные пакеты;
- косынки перевязочные.
- шинный материал (плотные куски картона, рейки и т. п.) длиной от 0,7 до 1,5 м;
- противогазы;
- «Защита населения от чрезвычайных ситуаций» (последняя редакция);
- Правила дорожного движения Российской Федерации (последняя редакция);
- Семейный кодекс Российской Федерации (последняя редакция);
- Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования, образование высшее, квалификация: учитель начальных классов

Учебный план 1 года обучения

№	Тема занятия/ программы	Раздел	Кол-во часов			Форма контроля
			Всего часов	теория	практика	
1	БЕЗОПАСНОСТЬ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ. Особенности города как среды обитания человека		1	1		устный опрос
2	Мой безопасный путь от школы до дома		1		1	устный опрос
3	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).		1	1		устный опрос
4	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).		1	1		устный опрос
5	Пожар.		1	1		устный опрос
6	Правила безопасного		1	1		устный опрос

	поведения при пожаре				
7	Первичные средства тушения. Способы эвакуации	1	1		устный опрос
8	Затопление квартиры.	1	1		устный опрос
9	Электричество.	1	1		устный опрос
10	Правила безопасности при использовании в доме газа, опасных веществ и предметов бытовой химии	1	1		устный опрос
11	Отравление продуктами питания	1	1		устный опрос
12	Взрыв и обрушение дома	1	1		устный опрос
13	Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи)	1	1		устный опрос
14	Опасность толпы.	1		1	устный опрос
15	Собака бывает кусачей	1		1	тест
16	БЕЗОПАСНОСТЬ ПЕШЕХОДОВ И ПАССАЖИРОВ. Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий	1	1		Устный опрос
17	Безопасное поведение пешеходов и пассажиров	1		1	устный опрос
18	Дорожные знаки	1	1		
19	Знаки для пешеходов	1		1	устный опрос
20	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле	1	1		устный опрос
21	Железнодорожный транспорт	1	1		устный опрос
22	Авиационный транспорт.	1	1		устный опрос
23	Морской и речной транспорт	1	1		тест
24	ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ СОЦИАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА, Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде	1	1		устный опрос
25	Меры по безопасности жилища	1		1	устный опрос
26	Криминогенные ситуации на улице	1		1	устный опрос
27	Как вести себя с	1		1	устный опрос

	незнакомыми людьми				
28	Как не стать жертвой преступления	1	1		устный опрос
29	Опасные домогательства	1	1		устный опрос
30	Защита от мошенников	1	1		устный опрос
31	Правила поведения в конфликтных ситуациях	1		1	устный опрос
32	Безопасное поведение в школе	1	1		тест
33	Психологическая служба помощи	1	1		устный опрос
34	Правила безопасного поведения при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.	1	1		устный опрос
35	Правила поведения при захвате в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.	1	1		устный опрос
36	ЗАГРЯЗНЕНИЕ СРЕДЫ ОБИТАНИЯ. Загрязнение воды	1		1	устный опрос
37	Загрязнение воздуха	1	1		устный опрос
38	Загрязнение почвы	1	1		устный опрос
39	Изготовление плакатов «Берегите природу»	1		1	Проверка и оценивание плакатов
40	Защита плакатов «Берегите природу»	1	1		устный опрос
41	ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА ЗАЩИТЫ. Фильтрующие противогазы	1		1	устный опрос
42	Определение размера противогаза	1		1	устный опрос
43	Правила пользования и ношения противогаза	1		1	устный опрос
44	Составление памяток о безопасном поведении при	1		1	устный опрос

	захвате в заложники				
45	Правила безопасного поведения при взрывах в местах массового скопления людей	1	1		устный опрос
46	Как не стать жертвой преступления	1	1		устный опрос
47	ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ, Средства оказания первой помощи при ранениях	1	1		устный опрос
48	Раны, виды ран	1	1		устный опрос
49	Наложение повязок при открытых травмах	1		1	устный опрос
50	Кровотечение	1	1		тест
51	Способы остановки кровотечения	1		1	устный опрос
52	Остановка носового кровотечения	1		1	устный опрос
53	Первая помощь при укусах насекомых	1		1	устный опрос
54	Первая помощь при укусах змей	1		1	устный опрос
55	Первая помощь при укусах клеща	1		1	устный опрос
56	Первая помощь при обморожении и переохлаждении	1		1	устный опрос
57	Первая помощь при солнечном ударе,	1		1	устный опрос
58	Беда на воде	1		1	устный опрос
59	Лекарственные растения	1	1		устный опрос
60	Инфекционные заболевания верхних дыхательных путей, профилактика	1	1		устный опрос
61	Изготовление медицинских масок	1		1	устный опрос
62	ОСНОВЫ ЗОЖ –путь к здоровью	1	1		устный опрос
63	Движение и здоровье	1	1		устный опрос
64	Нарушение осанки, профилактика сколиоза	1		1	устный опрос
65	Компьютер и телевизор - друзья или враги	1	1		устный опрос
66	Личная гигиена	1		1	устный опрос

67	Правильное питание. Составление рациона питания	1	1		устный опрос
68	Значение белков, жиров и углеводов	1	1		тест
69	Физическое и нравственное взросление	1	1		устный опрос
70	Защита проектов о ЗОЖ	1	1		устный опрос
71	Составление памяток «Мое безопасное лето»	1	1		устный опрос
72	Составление памяток «Мое безопасное лето»	1		1	устный опрос
	Итого:	72	44	28	

Содержание программы 1 года обучения

1. Безопасность в повседневной жизни

Особенности города как среды обитания человека. 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 опасных ситуациях.

Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта). Различные службы помощи: полиция, пожарная охрана, «скорая помощь», служба спасения, коммунальные и другие службы. Правила вызова служб безопасности. Государственные, муниципальные (городские) и районные службы обеспечения безопасности.

Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире). Характеристика городского и сельского жилища. Особенности жизнеобеспечения современного дома, квартиры (водоснабжение, отопление, электроснабжение, канализация). Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище.

Пожар. Опасные факторы пожара, их воздействие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых помещениях. Меры пожарной безопасности в быту. Чего не следует делать при пожаре в квартире (доме). Правила безопасного поведения при пожаре в многоквартирном доме. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Что делать, если в комнате загорелся телевизор. Способы эвакуации из горящего здания.

Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.

Затопление квартиры. Причины затопления и его возможные последствия. Меры по предотвращению затопления. Правила поведения при затоплении жилища.

Электричество. Основные виды электрических и электронных приборов, используемых в быту. Правила безопасности при обращении с

электрическими и электронными приборами; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Меры по предотвращению поражения электрическим током.

Опасные вещества и продукты питания. Причины, последствия и меры по предотвращению отравления бытовым газом. Правила пользования газовыми приборами. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире, доме. Правила безопасности при употреблении лекарств и пользовании медицинскими приборами; последствия их нарушения. Правила безопасности при пользовании средствами бытовой химии; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Правила хранения опасных веществ и средств бытовой химии. Причины отравления продуктами питания и меры профилактики. Действия при первых признаках отравления.

Взрыв и обрушение дома. Причины и последствия взрыва. Правила безопасного поведения в случае взрыва в квартире.

Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи). Что делать, если в квартире захлопнулась дверь, сломался замок. Правила безопасного поведения в случае потери ключей.

Опасность толпы. Чем опасны толпа и паника. Как уцелеть в толпе. Как обезопасить себя при возможности попадания в толпу.

Собака бывает кусачей. Правила безопасного поведения при встрече с собакой (на улице, в подъезде). Как действовать при нападении собаки и в случае укуса.

Теоретические занятия -12часов, практические -3, контроль –тест -15 урок

2. Безопасность пешеходов и пассажиров

Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий. Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Основные причины дорожно-транспортных происшествий. Средства безопасности на дороге.

Безопасное поведение пешеходов и пассажиров. Правила безопасного поведения пешеходов на дороге. Правила перехода проезжей части. Правила безопасного поведения пассажиров городского общественного транспорта (автобуса, троллейбуса, трамвая), легкового автомобиля, мотоцикла.

Безопасность в общественном транспорте и автомобиле. Особенности видов городского общественного транспорта и характеристика основных типов аварийных ситуаций на них. Правила безопасного поведения в автобусе (в случае аварии), троллейбусе и трамвае (при нахождении под током). Зоны опасности в метрополитене, их характеристика. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях (остановке в туннеле, падении на пути и т. п.). Правила безопасного поведения пассажира автомобиля во время поездки, при неизбежном столкновении.

Железнодорожный транспорт. Характеристика железнодорожного транспорта. Опасные зоны железнодорожного транспорта. Правила поведения на железнодорожном транспорте (во время ожидания и движения поезда). Правила безопасного поведения пассажиров при крушении поезда; при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями; при пожаре в поезде.

Авиационный транспорт. Характеристика авиационного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила безопасного поведения на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения авиапассажиров при вынужденной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду.

Морской и речной транспорт. Характеристика водного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила эвакуации с судна. Индивидуальные и групповые средства спасения на водном транспорте. Правила посадки на спасательное средство (шлюпку, надувной плот). Правила пользования спасательным жилетом. Что делать, если человек упал за борт судна.

Теоретические занятия -6, практические -2, контроль – тест, 23 занятие

3. Опасные ситуации социального характера.

Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде. Меры по повышению безопасности жилища. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенной ситуации в доме (квартире): звонок в дверь; дверь пытаются открыть (взломать); когда вы вернулись домой, дверь открыта. Подъезд и лифт как зоны криминогенной опасности; способы ее избежать. Правила безопасного поведения в случае нападения в подъезде или лифте.

Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства. Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдные окраины города (населенного пункта); глухие зоны парков и скверов; места массового скопления людей и т. д. Безопасное поведение с незнакомыми взрослыми и подростками. Меры предосторожности. Что считается домогательством. Правила безопасного поведения во избежание домогательств. Как вести себя, если что-либо подобное произошло. Кто может помочь в такой ситуации (родители, служба психологической помощи и т. п.).

Психологические основы самозащиты. Язык жестов, уверенность и спокойствие как способ самозащиты. Настрой на самозащиту. Действия в опасных ситуациях: что нужно делать, а чего не следует.

Правила поведения при захвате в заложники. Понятие о заложнике. Возможные места и причины (террористическая акция, выкуп) захвата. Меры по предотвращению захвата в заложники. Правила безопасного поведения при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в транспортном средстве или месте массового пребывания людей

Теоретические занятия -9, практические -4, тест –32 занятие.

4. Загрязнение среды обитания

Загрязнение воды. Роль воды на Земле (в природе, промышленности, быту). Неоправданный расход воды. Причины и последствия загрязнения воды. Способы очистки воды в домашних условиях.

Загрязнение воздуха. Изменения в атмосфере и состав воздуха. Причины и последствия загрязнения воздуха (кислотные дожди, потеря здоровья). Меры по улучшению экологической обстановки в городе. Что нужно делать, чтобы дышать чистым воздухом.

Загрязнение почвы. Понятие об опустынивании. Причины и последствия опустынивания. Накопление в почве вредных веществ.

Теоретические занятия -3, практическое занятие -2

5. Индивидуальные средства защиты

Фильтрующие противогазы. Назначение фильтрующих гражданских противогазов. Модели гражданских противогазов (ГП-7, ГП-7В, ПДФ-2Ш). Составные части противогаза. Определение размера противогаза и подготовка его к эксплуатации. Положения противогаза («походное», «наготове», «боевое»); перевод в «боевое» положение.

Правила безопасного поведения при захвате в заложники, при взрывах.

Правила пользования противогазом (ношение, проверка, надевание, снятие).

Теоретические занятия -2, практические -4

6. Основы медицинских знаний оказание первой помощи

Виды ранений, их причины и первая помощь. Причины ранений. Понятие о ране. Общие признаки ранений. Виды ран по размеру, глубине, характеру кровотечения и т. д. Признаки закрытых повреждений. Правила оказания первой помощи при различных видах ран.

Общая характеристика кровотечений. Наружное и внутреннее кровотечения. Виды кровотечений по характеру поврежденного сосуда (венозное, артериальное, смешанное, капиллярное).

Первая помощь при кровотечениях. Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета. Остановка кровотечения максимальным сгибанием, приданием конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.

Теоретические занятия -5, практические занятия -9, контроль –тест ,50 занятие

7. Основы здорового образа жизни

Движение и здоровье. Благоприятное воздействие движения на организм человека. Развитие опорно-двигательного аппарата. Негативное воздействие недостатка и избытка движения на здоровье человека.

Нарушения осанки и причины их возникновения. Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки.

Телевизор и компьютер — друзья или враги? Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Правила безопасности при просмотре телевизионных передач. Меры по предотвращению негативных последствий при работе на персональном компьютере.

Развитие и изменение организма в вашем возрасте. Развитие человеческого организма. Характеристика некоторых факторов, которые влияют на рост и вес подростков. Интенсивное развитие в период полового созревания (работа сальных и потовых желез).

Физическое и нравственное взросление человека. Почему важно заботиться о здоровье в подростковом возрасте. Состояние влюбленности; в чем она может проявляться. Как реагировать на ее проявления.

Теоретические занятия -8, практические -3, тест -1

Образовательные результаты программы 1 года обучения

Личностные результаты:

- сформированность основ гражданской идентичности личности;
- готовность к переходу к самообразованию на основе учебно-познавательной мотивации, в том числе готовность к выбору направления профильного образования;
- сформированность социальных компетенций, включая ценностно-смысловые установки и моральные нормы, опыт социальных и межличностных отношений, правосознание;
- сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- развитость эстетического сознания;
- сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях.

Метапредметные результаты

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и

- познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
 - умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;
 - овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
 - умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
 - умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы.
 - умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.
 - смысловое чтение (находить в тексте требуемую информацию; ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст; устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов; резюмировать главную идею текста; критически оценивать содержание).
 - формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.
 - развитие мотивации к овладению культурой активного использования различных поисковых систем
 - умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
 - умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
 - формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности.

Предметные результаты:

- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека.

Методическое обеспечение первого года обучения

№	Раздел, тема	Форма занятий	Приемы, методы	Дидактический материал	Техническое оснащение	Форма контроля
1	БЕЗОПАСНОСТЬ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ. Особенности города как среды обитания человека	комбинированное	лекция	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	устный опрос
2	Мой безопасный путь от школы до дома	комбинированное	Составление маршрута в школу из дома	схемы маршрутов		устный опрос
3	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).	комбинированное	беседа	презентация	интерактивная доска	устный опрос
4	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).	комбинированное	рассказ	презентация	интерактивная доска	устный опрос
5	Пожар.	комбинированное	беседа	презентация		устный опрос
6	Правила безопасного поведения при пожаре	комбинированное	тренинг, отработка преодоления страха	работа с заданиями	интерактивная доска	устный опрос
7	Первичные средства тушения. Способы эвакуации	комбинированное	Практическая отработка	работа с заданиями	интерактивная доска	устный опрос

			пользования огнетушителем			
8	Затопление квартиры.	комбинированно е	беседа	работа с заданиями	интерактивна я доска	устный опрос
9	Электричество.	комбинированно е	беседа	работа с заданиями	интерактивна я доска	устный опрос
10	Правила безопасности при использовании в доме газа, опасных веществ и предметов бытовой химии	комбинированно е	беседа	решение заданий	интерактивна я доска	устный опрос
11	Отравление продуктами питания	комбинированно е	беседа	Работа с иллюстрациям и	интерактивна я доска	устный опрос
12	Взрыв и обрушение дома	комбинированно е		Работа с иллюстрациям и	интерактивна я доска	устный опрос
13	Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи	практикум		Работа с иллюстрациям и	интерактивна я доска	устный опрос
14	Опасность толпы.	комбинированно е	выполнение практических	Работа с иллюстрациям	интерактивна я доска	устный опрос

			заданий	и		
15	Собака бывает кусачей	комбинированно е	практикум			тест
16	БЕЗОПАСНОСТЬ ПЕШЕХОДОВ И ПАССАЖИРОВ. Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий	комбинированно е	викторина	решение заданий	интерактивная доска	устный опрос
17	Безопасное поведение пешеходов и пассажиров	комбинированно е	практикум	решение задани		устный опрос
18	Дорожные знаки	комбинированно е	обучающие игры	презентация	интерактивная доска	устный опрос
19	Знаки для пешеходов	комбинированно е	практикум,рисовани е знаков	презентация	интерактивная доска	устный опрос
20	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле	комбинированно е	викторина	презентация	интерактивная доска	устный опрос
21	Железнодорожный транспорт	комбинированно е	обучающие игры	работа с иллюстрациям и	интерактивная доска	устный опрос

22	Авиационный транспорт.	практикум	обучающие игры	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	устный опрос
23	Морской и речной транспорт	комбинированное	беседа	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	тест
24	ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ СОЦИАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА, Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде	практикум	беседа	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	устный опрос
25	Меры по безопасности жилища		практикум по составлению макета жилища с обозначением опасных мест	макеты жилища	решение задания	устный опрос
26	Криминогенные ситуации на улице	комбинированное	беседа	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	устный опрос
27	Как вести себя с незнакомыми людьми	комбинированное	ролевые игры	презентация	интерактивная доска	устный опрос
28	Как не стать жертвой преступления	комбинированное	презентация	презентация	интерактивная доска	тест

		е			я доска	
29	Опасные домогательства	комбинированно е	беседа	презентация	интерактивна я доска	устный опрос
30	Защита от мошенников	комбинированно е	беседа		интерактивна я доска	устный опрос
31	Правила поведения в конфликтных ситуациях	комбинированно е	практикум		интерактивна я доска	устный опрос
32	Безопасное поведение в школе	комбинированно е	беседа	выполнение заданий	интерактивна я доска	тест
33	Психологическая служба помощи	комбинированно е	презентация	презентация	интерактивна я доска	устный опрос
34	Правила безопасного поведения при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.	комбинированно е	презентация	презентация	интерактивна я доска	устный опрос
35	Правила поведения при захвате в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.	комбинированно е	беседа	Решение заданий	интерактивна я доска	устный опрос

36	Составление памяток по безопасному поведению на улице	комбинированно е	практикум по составлению памяток		интерактивна я доска	устный опрос
37	ЗАГРЯЗНЕНИЕ СРЕДЫ ОБИТАНИЯ. Загрязнение воды	комбинированно е	исследование	средства первой помощи		устный опрос
38	Загрязнение воздуха	комбинированно е	обучающие игры	работа с иллюстрациям и	интерактивна я доска	устный опрос
39	Загрязнение почвы	комбинированно е	исследование	решение заданий	интерактивна я доска	устный опрос
40	Изготовление плакатов «Берегите природу»	комбинированно е	защита плакатов	презентация	интерактивна я доска	устный опрос
41	Защита плакатов «Берегите природу»	комбинированно е	Защита плакатов	работа с иллюстрациям и	интерактивна я доска	устный опрос
42	ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА ЗАЩИТЫФильтрующие противогазы	комбинированно е	практикум	решение заданий	интерактивна я доска	устный опрос
43	Определение размера противогаза	комбинированно е	практикум	работа с иллюстрациям	интерактивна я доска	устный опрос

				и		
44	Правила пользования и ношения противогаза	комбинированно е	практикум	противогаз ГП-7, плакат строения убежища		устный опрос
45	Составление памяток о безопасном поведении при захвате в заложники	комбинированно е	беседа	работа с иллюстрациям и	интерактивна я доска	устный опрос
46	Правила безопасного поведения при взрывах в местах массового скопления людей	комбинированно е	беседа	работа с иллюстрациям и	интерактивна я доска	устный опрос
47	Как не стать жертвой преступления	комбинированно е	беседа	презентация	интерактивна я доска	устный опрос
48	ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ, Средства оказания первой помощи при ранениях	комбинированно е	практикум			устный опрос
49	Раны, виды ран	комбинированно е	демонстрация	аптечка первой помощи		устный опрос
50	Наложение повязок при открытых травмах	комбинированно е	практикум	работа с иллюстрациям и	интерактивна я доска	тест

51	Кровотечение	комбинированно е	практикум		интерактивна я доска	устный опрос
52	Способы остановки кровотечения	комбинированно е	практикум	набор ран	интерактивна я доска	устный опрос
53	Остановка носового кровотечения	комбинированно е	практикум	набор ран	интерактивна я доска	устный опрос
54	Первая помощь при укусах насекомых,змей	комбинированно е	практикум		интерактивна я доска	устный опрос
55	Первая помощь при укусах клеща	комбинированно е	практикум		интерактивна я доска	устный опрос
56	Первая помощь при обморожении и переохлаждении	комбинированно е	практикум		интерактивна я доска	устный опрос
57	Первая помощь при солнечном ударе,	комбинированно е	практикум		интерактивна я доска	устный опрос
58	Беда на воде	комбинированно е	демонстрация	набор муляжей		устный опрос
59	Лекарственные растения	комбинированно е	практикум	набор муляжей		устный опрос
60	Инфекционные заболевания верхних дыхательных	комбинированно	практикум	набор муляжей		устный

	путей,профилактика	е				опрос
61	Изготовление медицинских масок	комбинированно е	практикум	набор шин		устный опрос
62	ОСНОВЫ ЗОЖ –путь к здоровью	комбинированно е	дискуссия	решение заданий	интерактивна я доска	устный опрос
63	Движение и здоровье	комбинированно е	тренинг			устный опрос
64	Нарушение осанки,профилактика сколиоза	комбинированно е	практикум	презентация	интерактивна я доска	устный опрос
65	Компьютер и телевизор - друзья или враги	комбинированно е	практикум			устный опрос
66	Личная гигиена	комбинированно е	беседа	презентация	интерактивна я доска	устный опрос
67	Правильное питание.Составление рациона питания	комбинированно е	практикум			устный опрос
68	Значение белков, жиров и углеводов	комбинированно е		презентация	интерактивна я доска	тест
69	Физическое и нравственное взросление	комбинированно е	защита проектов	презентация	интерактивна я доска	защита проектов

70	Защита проектов о ЗОЖ	комбинированно е	защита проектов	работа с иллюстрациям и	интерактивна я доска	Защита проектов
71	Составление памяток «Мое безопасное лето»	комбинированно е	практикум	презентация	интерактивна я доска	устный опрос
72	Составление памяток «Мое безопасное лето»	комбинированно е	практикум	демонстрация памяток		устный опрос

Учебный план программы 2 года обучения

№	Тема занятия	Всего часов	теория	практика	Форма контроля
1	Введение. Школа безопасности	1	1		устный опрос
2	ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ СИТУАЦИИ В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ. Безопасность на природе	1	1		устный опрос
3	Виды экстремальных ситуаций на природе	1	1		устный опрос
4	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях	1	1		устный опрос
5	Психологические основы выживания	1	1		устный опрос
6	Страх –главный враг при ЭС	1		1	устный опрос
7	Память и мышление – твои помощники	1	1		устный опрос
8	Воображение и впечатления	1	1		устный опрос
9	Как избежать физического переутомления в ЭС	1	1		устный опрос
10	Что включает подготовка к походу.	1	1		устный опрос
11	Правила поведения на природе	1	1		устный опрос
12	Коллективное снаряжение. Установка палатки	1		1	устный опрос
13	Индивидуальное снаряжение. Сборка и разборка рюкзака	1		1	устный опрос
14	Одежда и обувь для похода	1	1		тест
15	Как правильно высушить обувь и одежду в походе	1		1	устный опрос
16	Поведение в экстремальных ситуациях	1	1		устный опрос

	в природных условиях				
17	Отработка специальных навыков, необходимых для похода	1		1	устный опрос
18	Действия при потере ориентировки	1	1		устный опрос
19	Способы ориентирования и определение направления движения	1		1	устный опрос
20	Ориентирование по местным признакам	1	1		устный опрос
21	Техника движения в природных условиях	1		1	устный опрос
22	Техника вязания узлов	1		1	устный опрос
23	Виды временного жилища и их сооружение	1	1		устный опрос
24	Изготовление макетов временного жилища	1		1	устный опрос
25	Отработка специальных навыков, необходимых для похода	1		1	устный опрос
26	Добывание и использование огня	1	1		устный опрос
27	Виды костров. Изготовление макетов	1		1	устный опрос
28	Сохранение огня в природе	1	1		тест
29	Обеспечение питанием и водой в природных условиях. Филтрация воды	1		1	устный опрос
30	Какие продукты питания можно взять в поход	1	1		устный опрос
31	Полезные ягоды и растения в походе	1	1		устный опрос
32	Ядовитые растения и грибы	1	1		устный опрос
33	Определение погоды по метеорологическим особенностям	1	1		устный опрос

34	Предсказание погоды по поведению животных	1	1		устный опрос
35	Сигналы бедствия.	1		1	Диктант по международным сигналам бедствия
36	Особенности рыбалки в походе	1	1		устный опрос
37	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей	1		1	устный опрос устный опрос
38	БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВНУТРЕННЕМ И ВЫЕЗДНОМ ТУРИЗМЕ Особенности велосипедных и лыжных, водных походов	1	1		устный опрос
39	Правила безопасного поведения на водоемах	1	1		устный опрос
40	Путешествуй по России безопасно	1	1		устный опрос
41	Факторы, влияющие на безопасность в выездном туризме	1	1		устный опрос
42	Акклиматизация в различных природно – климатических условиях	1	1		устный опрос
43	Акклиматизация в горах	1	1		устный опрос
44	БЕЗОПАСНОСТЬ В ЧС, Коллективные и индивидуальные средства защиты	1		1	устный опрос
45	Захват террористами воздушных морских судов и других транспортных средств	1	1		устный опрос
46	Составление памяток о безопасном поведении при захвате в заложники	1	1		тест
47	Правила безопасного поведения при взрывах в местах массового скопления людей	1	1		устный опрос

48	Как не стать жертвой преступления	1	1		устный опрос
49	ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ, Средства оказания первой помощи	1	1		тест
50	Лекарственные растения	1	1		устный опрос
51	Первая помощь при укусах опасных животных, насекомых и змей	1		1	устный опрос
52	Первая помощь при ожогах	1		1	устный опрос
53	Первая помощь при обморожениях	1		1	устный опрос
54	Первая помощь при солнечном ударе	1		1	устный опрос
55	Первая помощь при тепловом ударе	1		1	устный опрос
56	Первая помощь при обморожении и переохлаждении	1		1	устный опрос
57	Беда на воде, оказание первой помощи	1		1	устный опрос
58	Виды закрытых травм	1	1		устный опрос
59	Первая помощь при закрытых травмах	1		1	устный опрос
60	Наложение повязок при открытых травмах	1		1	устный опрос
61	Техника наложения шины. Переноска пострадавшего	1		1	устный опрос
62	ОСНОВЫ ЗОЖ.ЗОЖ –путь к здоровью	1	1		устный опрос
63	Работоспособность, профилактика умственного переутомления	1	1		устный опрос
64	Гигиена, личная гигиена	1	1		устный опрос
65	Гигиена органов зрения и слуха	1		1	устный опрос
	Заболевания	1	1		устный

66	пищеварительной системы и их профилактика				опрос
67	Правильное питание. Составление рациона питания.	1		1	устный опрос
68	Значение белков. Жиров и углеводов	1	1		устный опрос
69	Минеральные вещества, витамины, значение воды	1	1		устный опрос
70	Гигиена и культура питания	1	1		тест
71	Особенности подросткового возраста	1	1		устный опрос
72	Мое безопасное лето. Составление памяток	1	1		устный опрос
	Итого:	72	45	27	

Содержание программы 2 года обучения

1.Введение - 1 час теоретическое занятие. Изучение техники безопасности и охраны труда на занятиях, ознакомление с содержанием программы «Школа безопасности»

2.Экстремальные ситуации в природных условиях -36ч

Теоретические занятия – 19 часов Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях. Понятие об опасной и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе (смена климатогеографических условий, резкое изменение природных условий, требующие экстренной медицинской помощи заболевания или повреждения, вынужденное автономное существование) и их причины. Наиболее распространенные случаи вынужденного автономного существования: потеря ориентировки на местности, отставание от группы, авария транспортного средства в малонаселенной местности. Понятие о выживании.

Факторы и стрессоры выживания в природных условиях. Причины, влияющие на поведение человека, — факторы выживания. Группы факторов выживания: личностные, природные, материальные, постприродные. Понятие о стрессорах выживания. Различные стрессоры и способы их побороть.

Психологические основы выживания в природных условиях. Свойства человеческой психики, помогающие выживать. Как развивать в себе полезные способности и черты (внимание и наблюдательность, ощущение и восприятие, память и мышление, установку на выживание). Как воспользоваться ими в условиях вынужденного автономного существования.

Страх — главный психологический враг. Страх и его негативное влияние на человека в опасной ситуации. Паника и оцепенение как опасные состояния.

Подготовка к походу и поведение в природных условиях. Основные способы избежать экстремальных ситуаций в природных условиях. Подготовка к походу: обеспечение безопасности, распределение обязанностей, продуктов и снаряжения, выбор маршрута. Правила безопасного поведения на природе: соблюдение дисциплины, передвижение группой, внимательность, бережное отношение к природе, соблюдение границ полигона, поиск и запоминание ориентиров.

Надежная одежда и обувь — важное условие безопасности. Требования к одежде и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью (проветривание и просушивание) в походе. Особенности подготовки к походу в зимнее время.

Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях. Основные правила поведения в экстремальной ситуации. Правила поведения в случае аварии самолета или автомобиля, при стихийном бедствии. Принятие решения двигаться к населенному пункту или оставаться на месте. Правила безопасного поведения: оборудование аварийного лагеря, назначение командира, распределение обязанностей, предотвращение конфликтов.

Действия при потере ориентировки. Основные правила поведения в случае, когда человек заблудился. Как вспомнить пройденный путь, оценить расстояние до источников звука и света, воспользоваться маркировкой маршрутов. Чего нельзя делать, если вы заблудились. Определение направления по встреченным дорогам и тропам, ручьям и рекам. Выход к населенному пункту в зимнее время по лыжне. Определение направления выхода при отставании в походе от группы.

Способы ориентирования и определение направления движения. Ориентирование по компасу, по собственной тени, по звездам, по часам. Ориентирование по местным признакам: таянию снега, густоте травы, влажности земли, строению муравейника, расположению мхов и т. д. Движение по азимуту с использованием двух ориентиров,

Техника движения в природных условиях. Правила безопасного движения по склонам холмов и гор, вдоль ручья. Способы переправы через реку. Особенности передвижения в зимнее время: по снегу, руслам замерзших рек, по льду. Преодоление заболоченных участков.

Сооружение временного жилища, добывание и использование огня. Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временного жилища в летнее и зимнее время (шалаш, навес, иглу). Особенности укрытий в горах. Выбор места и правила разведения костра (в том числе в ненастную погоду и зимнее время). Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров и их назначение. Способы разжигания и сохранения огня.

Обеспечение питанием и водой. Чувство голода и обеспечение питанием из резервов природы. Обеспечение водой из водоемов, снега, льда. Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования.

Поиск и приготовление пищи. Кипячение воды и приготовление растительной пищи при отсутствии посуды. Способы приготовления на костре корней и клубней, рыбы, мелких животных. Основные правила рыбалки.

Сигналы бедствия. Способы подачи сигналов бедствия. Специальные знаки международной

Практически занятия -17 часов Способы побороть страх. Как работа над собой повышает шансы выжить в экстремальных ситуациях. Систематическое воспитание воли. Сборка и разборка палатки. Сбор индивидуального снаряжения, рюкзака. Способы передвижения по болоту. Отработка необходимых навыков в походе разведение костра, установка рогатки, места для сушки одежды, изготовление макетов временного жилища. Изготовление макетов костров. Изготовление из проволоки сигналов бедствия. Работа с компасом. Отработка техники вязания узлов.

Контроль: тест, тест, диктант

2. Безопасность на внутреннем и выездном туризме -6 часов

Теоретические занятия -6 часов

Особенности лыжных, водных и велосипедных походов. Подготовка к лыжным походам: тренировки, выбор одежды и обуви, группового снаряжения. Правила безопасного поведения в водном походе. Подготовка к велосипедному походу, основные правила безопасности.

Безопасность наводомах. Виды опасности на воде. Правила безопасного поведения на зимних водоемах (при передвижении по льду). Правила безопасного поведения на водоемах летом (при купании).

Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме. Понятие о дальнем и международном туризме. Факторы, влияющие на его безопасность (заболевания, травматизм, стихийные бедствия, политическая ситуация в стране пребывания и др.).

Акклиматизация в различных природно-климатических условиях. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Рекомендации по адаптации к смене часовых поясов и климата. Акклиматизация в условиях жаркого климата, горной местности, Севера

Практические занятия -0, Контроль -0

3. Безопасность в чрезвычайных ситуациях –5 часов

Теоретические занятия -5 часов

Коллективные и индивидуальные средства защиты. Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем. Что запрещено при нахождении в убежище. Как пользоваться поврежденным противогазом. Замена поврежденного противогаза на исправный в условиях зараженного воздуха.

Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств. Правила безопасного поведения при захвате. Порядок действий во время операции по освобождению заложников.

Взрывы в местах массового скопления людей. Места массового скопления людей. Проявление бдительности как мера предотвращения терактов. Признаки установки взрывного устройства. Правила безопасного поведения при непосредственной угрозе взрыва и после него.

Практические занятия -0, Контроль -тест

4. Оказание первой помощи -13 часов

Теоретические занятия -5 часов

Средства оказания первой помощи. Аптечка первой помощи (походная). Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и средствами оказания первой помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой помощи.

Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей. Укусы насекомых и их последствия для организма человека. Оказание первой помощи при укусах ядовитого насекомого. Как уберечься от укуса клеща и вызываемого им энцефалита. Признаки укуса ядовитой змеей и правила оказания первой помощи укушенному. Меры предосторожности от укусов ядовитых змей.

Первая помощь при ожогах. Термический ожог. Степени ожогов и их признаки. Первая помощь при ожогах кожи. Солнечный ожог, его признаки и первая помощь при нем.

Тепловой и солнечный удар. Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Меры предупреждения их наступления.

Обморожения и общее охлаждение организма. Понятие об обморожении. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении.

Беда на воде. Причины бедствий на воде. Признаки утопления. Оказание первой помощи при утоплении.

Закрытые травмы. Понятие о травме. Виды закрытых травм (ушиб, растяжение, разрыв, вывих, перелом, сдавление). Причины, вызывающие каждый вид травмы, признаки травм и оказание первой помощи.

Практические занятия -8 часов. Отработка навыков оказания первой помощи при укусах насекомых, животных, при ожогах, обморожениях, солнечных ожогах, тепловом ударе. Способы оказания первой помощи утопающему. Способы наложения повязок при травмах. Наложение шины. Способы переноски (на шесте, носилках, в рюкзаке и др.). Изготовление переносных приспособлений.

Контроль -тест

5. Основы ЗОЖ -11 часов

Теоретические занятия -9

Правильное питание — основа здорового образа жизни. Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Калорийность

продуктов питания. Суточная потребность человека в калориях. Соотношение расхода энергии к потребляемым калориям, избыток и недостаток их в рационе. Сбалансированное питание.

Значение белков, жиров и углеводов в питании человека. Белки, жиры и углеводы, их функция и содержащие их продукты. Витамины и их роль в развитии человека. Основные источники витаминов и минеральных веществ. Потребность подростка в воде.

Гигиена и культура питания. Основные гигиенические требования к питанию. Режим питания. Важность соблюдения культуры питания и основные правила этикета.

Особенности подросткового возраста. Развитие и изменение организма в подростковом возрасте. Изменение поведения. Как отстаивать свою точку зрения. Взаимоотношения с родителями

Практические занятия -2 часа. Разучивание упражнений для глаз, составление меню на неделю для подростка

Контроль - тест

Образовательные результаты программы 2 года обучения

Личностные результаты:

- сформированность основ гражданской идентичности личности;
- готовность к переходу к самообразованию на основе учебно-познавательной мотивации, в том числе готовность к выбору направления профильного образования;
- сформированность социальных компетенций, включая ценностно-смысловые установки и моральные нормы, опыт социальных и межличностных отношений, правосознание;
- сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- развитость эстетического сознания;
- сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях.

Метапредметные результаты

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;
- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы.
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.
- смысловое чтение (находить в тексте требуемую информацию; ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст; устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов; резюмировать главную идею текста; критически оценивать содержание).
- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.
- развитие мотивации к овладению культурой активного использования различных поисковых систем
- умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности.

Предметные результаты:

- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека.

Методическое обеспечение второго года обучения

№	Раздел, тема	Форма занятий	Приемы, методы	Дидактический материал	Техническое оснащение	Форма контроля
1	Введение. Школа безопасности	комбинированное	лекция	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	устный опрос
2	ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ СИТУАЦИИ В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ, Безопасность на природе	экскурсия	экскурсия			устный опрос
3	Виды экстремальных ситуаций на природе	комбинированное	дискуссия	презентация	интерактивная доска	устный опрос
4	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях	комбинированное	рассказ	презентация	интерактивная доска	устный опрос
5	Психологические основы выживания	комбинированное	дискуссия			устный опрос
6	Страх –главный враг при ЭС	комбинированное	тренинг, отработка преодоления страха	работа с заданиями	интерактивная доска	устный опрос

7	Память и мышление – твои помощники	комбинированное	тренинг	работа с заданиями	интерактивная доска	устный опрос
8	Воображение и впечатления	комбинированное	тренинг	работа с заданиями	интерактивная доска	устный опрос
9	Как избежать физического переутомления в ЭС	комбинированное		работа с заданиями	интерактивная доска	устный опрос
10	Что включает подготовка к походу.	комбинированное	мозговая атака	решение заданий	интерактивная доска	устный опрос
11	Правила поведения на природе	экскурсия - поход	экскурсия			устный опрос
12	Коллективное снаряжение. Установка палатки	практикум	практикум	палатка		устный опрос
13	Индивидуальное снаряжение. Сборка и разборка рюкзака	практикум	практикум	Рюкзак и личные принадлежности		устный опрос
14	Надежные одежда и обувь	комбинированное	беседа	Работа с иллюстрациями	интерактивная доска	тест
15	Как правильно высушить обувь и одежду в походе	практикум	практикум			устный опрос

16	Поведение в экстремальных ситуациях в природных условиях	комбинированное	тренинг	решение заданий	интерактивная доска	устный опрос
17	Отработка специальных навыков, необходимых для похода	Лыжный поход	практикум			устный опрос
18	Действия при потере ориентировки	комбинированное	беседа	презентация	интерактивная доска	устный опрос
19	Способы ориентирования и определение направления движения	комбинированное	практикум, работа с компасом	презентация	интерактивная доска	устный опрос
20	Ориентирование по местным признакам	комбинированное	викторина	презентация	интерактивная доска	устный опрос
21	Техника движения в природных условиях	комбинированное	практикум	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	устный опрос
22	Техника вязания узлов	практикум	практикум	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	устный опрос
23	.Виды временного жилища и их сооружение	комбинированное	презентация	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	устный опрос
24	Изготовление макетов временного	практикум	практикум	работа с	интерактив	устный опрос

	жилища			иллюстрациями	ивная доска	
25	Отработка специальных навыков, необходимых для похода	экскурсия в природу	экскурсия в природу			устный опрос
26	Добывание и использование огня	комбинированное	беседа	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	устный опрос
27	Виды костров. Изготовление макетов	комбинированное	практикум	презентация	интерактивная доска	устный опрос
28	Сохранение огня	комбинированное	презентация	презентация	интерактивная доска	тест
29	Обеспечение питанием и водой в природных условиях	комбинированное	беседа	презентация	интерактивная доска	устный опрос
30	Какие продукты питания можно взять в поход	комбинированное	беседа		интерактивная доска	устный опрос
31	Полезные ягоды и растения в походе	комбинированное	защита проектов		интерактивная доска	устный опрос
32	Ядовитые растения и грибы	комбинированное	презентация	презентация	интерактивная доска	устный опрос
33	Определение погоды по	комбинированное	презентация	презентация	интерактив	устный опрос

	метеорологическим особенностям	анное		я	ивная доска	
34	Предсказание погоды по поведению животных	комбинированное	презентация	презентация	интерактивная доска	устный опрос
35	Сигналы бедствия.	комбинированное	практикум	Решение заданий	интерактивная доска	диктант
36	Особенности рыбалки в походе	комбинированное	презентация		интерактивная доска	устный опрос
37	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей	комбинированное	практикум	средства первой помощи		устный опрос
38	БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВНУТРЕННЕМ И ВЫЕЗДНОМ ТУРИЗМЕ. Особенности велосипедных и лыжных, водных походов	комбинированное	обучающие игры	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	устный опрос
39	Правила безопасного поведения на водоемах	комбинированное	викторина	решение заданий	интерактивная доска	устный опрос
40	Путешествуй по России безопасно	комбинированное	презентация	презентация	интерактивная доска	устный опрос

41	Факторы, влияющие на безопасность в выездном туризме	комбинированное	презентация	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	устный опрос
42	Акклиматизация в различных природно – климатических условиях	комбинированное	исследование	решение заданий	интерактивная доска	устный опрос
43	Акклиматизация в горах	комбинированное	презентация	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	устный опрос
44	БЕЗОПАСНОСТЬ ПРИЧС. Коллективные и индивидуальные средства защиты	комбинированное	практикум	противогаз ГП-7, плакат строения убежища		устный опрос
45	Захват террористами воздушных морских судов и других транспортных средств	комбинированное	беседа	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	устный опрос
46	Составление памяток о безопасном поведении при захвате в заложники	комбинированное	беседа	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	тест
47	Правила безопасного поведения при взрывах в местах	комбинированное	беседа	презентация	интерактивная доска	устный опрос

	массового скопления людей					
48	Как не стать жертвой преступления	комбинированное	обучающие игры			устный опрос
49	ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ. Средства оказания первой помощи	комбинированное	демонстрации	аптечка первой помощи		тест
50	Лекарственные растения	комбинированное	защита проектов	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	защита проектов
51	Первая помощь при укусах опасных животных, насекомых и змей	комбинированное	практикум		интерактивная доска	устный опрос
52	Первая помощь при ожогах	комбинированное	практикум	набор ран	интерактивная доска	устный опрос
53	Первая помощь при обморожениях	комбинированное	практикум	набор ран	интерактивная доска	устный опрос
54	Первая помощь при солнечном ударе	комбинированное	практикум		интерактивная доска	устный опрос
55	Первая помощь при тепловом ударе	комбинированное	практикум		интерактивная доска	устный опрос

56	Первая помощь при обморожении и переохлаждении	комбинированное	практикум		интерактивная доска	устный опрос
57	Беда на воде, оказание первой помощи	комбинированное	практикум		интерактивная доска	устный опрос
58	Виды закрытых травм	комбинированное	демонстрация	набор муляжей		устный опрос
59	Первая помощь при закрытых травмах	комбинированное	практикум	набор муляжей		устный опрос
60	Наложение повязок при открытых травмах	комбинированное	практикум	набор муляжей		устный опрос
61	Техника наложения шины	комбинированное	практикум	набор шин		устный опрос
62	ОСНОВЫ ЗОЖ,ЗОЖ –путь к здоровью	комбинированное	дискуссия	решение заданий	интерактивная доска	устный опрос
63	Работоспособность, профилактика умственного переутомления	комбинированное	тренинг			устный опрос
64	Гигиена, личная гигиена	комбинированное	беседа	презентация	интерактивная доска	устный опрос

65	Гигиена органов зрения и слуха	комбинированное	практикум			устный опрос
66	Заболевания пищеварительной системы и их профилактика	комбинированное	беседа	презентация	интерактивная доска	устный опрос
67	Правильное питание. Составление рациона питания	комбинированное	практикум			устный опрос
68	Значение белков. Жиров и углеводов	комбинированное	защита проектов		интерактивная доска	защита проектов
69	Минеральные вещества, витамины, значение воды	комбинированное	защита проектов		интерактивная доска	защита проектов
70	Гигиена и культура питания	комбинированное	беседа	работа с иллюстрациями	интерактивная доска	тест
71	Особенности подросткового возраста	комбинированное	дискуссия	презентация	интерактивная доска	устный опрос
72	Мое безопасное лето. Составление памяток	комбинированное	беседа			устный опрос

Воспитательный компонент программы

Воспитательный компонент программы разработан в соответствии с Федеральным законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся.

Воспитательная работа осуществляется в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа безопасности» и имеет 2 важные составляющие – индивидуальную работу с каждым обучающимся и формирование детского коллектива.

Календарный план мероприятий воспитательной работы отражен в рабочей программе «Школа безопасности» первого года обучения.

Цель: Создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности обучающегося, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

Задачи:

1. Способствовать развитию личности, способной формировать собственное мировоззрение и систему базовых ценностей.

2. Сформировать умение самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности обучающихся.

2. Развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности.

Результат воспитания – это достигнутая цель, те изменения в личностном развитии обучающихся, которые они приобрели в процессе воспитания.

Планируемые результаты:

- Проявление творческой активности обучающихся в различных сферах социально значимой деятельности;
- Развитие мотивации личности к познанию и творчеству;
- Формирование позитивной самооценки, умение противостоять действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни, физического и нравственного здоровья, духовной безопасности личности.

Формы работы направлены на работу с коллективом учащихся и родительской общественностью.

Работа с коллективом обучающихся:

- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала обучающихся в процессе участия в совместной общественно – полезной деятельности;
- формирование навыков по этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;

- обучение практическим умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

Работа с родителями:

- организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации), в том числе в формате онлайн.;
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность творческого объединения (организация и проведение открытых занятий для родителей, тематических и концертных мероприятий, походов в течение года);
- публикация информационных (просветительских) статей для родителей по вопросам воспитания детей в группе творческого объединения в социальной сети «ВКонтакте».

Направления воспитательной работы:

1. Духовно-нравственное воспитание (формирование ценностных представлений о морали, об основных понятиях этики (добро и зло, истина и ложь, смысл жизни, справедливость, милосердие, проблеме нравственного выбора, достоинство, любовь и др.), о духовных ценностях народов России, об уважительном отношении к традициям, культуре и языку своего народа и народов России) (выставки творческих работ, фотовыставки, знакомство с наследием, участие в конкурсах духовно-нравственной направленности, тематические праздники и др.)

2. Формирование коммуникативной культуры (формирование навыков ответственного коммуникативного поведения, умения корректировать свое общение в зависимости от ситуации, в рамках принятых в культурном обществе норм этикета поведения и общения, а также норм культуры речи; культивировать в среде воспитанников принципы взаимопонимания, уважения к себе и окружающим людям и обучать способам толерантного взаимодействия и конструктивного разрешения конфликтов) (презентация, защита творческих работ внутри творческого объединения, организация совместных творческих проектов, работа в команде во время игр, занятий и др.)

3. Воспитание семейных ценностей (формирование ценностных представлений об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни) (проектные работы о семье, родословной, совместные работы детей и родителей, организация совместных мероприятий и др.)

4. Здоровьесберегающее воспитание и формирование культуры здорового, безопасного образа жизни, организация комплексной профилактической работы (профилактика употребления ПАВ,

безнадзорности, правонарушений несовершеннолетних и детского дорожно-транспортного травматизма) (направлено на совершенствование и развитие физических качеств личности, формы и функций организма человека, формирования осознанной потребности в физкультурных занятиях, двигательных умений, навыков, связанных с ними знаний, потребности в активном, здоровом образе жизни, негативного отношения к вредным, для здоровья человека, привычкам) (музыкальные физкультминутки, занятия на свежем воздухе, использование здоровьесберегающих технологий, беседы, просмотр роликов, участие в постановках социальной направленности (социальные театры), акциях, флешмобах и др.)

5.Интеллектуальное воспитание (раскрытие, развитие и реализация творческих и интеллектуальных способностей в максимально благоприятных условиях образовательного процесса, развитие интеллектуальной культуры личности, познавательных мотивов) (участие в конкурсах и играх различного уровня и направленности)

6.Формирование и развитие информационной культуры и информационной грамотности (формирование умений распознавания информации, Обучение детей и подростков умению самостоятельного поиска, анализа и обработки информации, развитие у детей и подростков основных информационных умений и навыков в качестве базиса для формирования информационно-независимой личности, обладающей способностью к самостоятельному и эффективному информационному поведению) (использование медиаресурсов, медиатехнологий, игровые формы занятий с задачей поиска необходимых сведений в информационных источниках и др.)

7..Экологическое воспитание (направлено на развитие у обучающихся экологической культуры как системы ценностных установок, включающей в себя

знания о природе и формирующей гуманное, ответственное и уважительное отношение к ней как к наивысшей национальной и общечеловеческой ценности) (подбор материала, оформление экспозиции, тематические занятия, исследовательские и проектные работы, изготовление кормушек и др.)

Календарный план воспитательной работы

№	Название мероприятия	Цели, задачи	Сроки проведения	Примечание
1	Участие в акции «Месячник безопасности»	Закрепление правил безопасного поведения в общественных местах	сентябрь	
2	Экскурсия в природу	Отработка практических навыков	октябрь	

3	Оформление стенда «Школа безопасности	Ознакомление с правилами безопасного поведения и оказание первой помощи	октябрь	
4	Подготовка и участие в школьном этапе олимпиады по ОБЖ	Индивидуальн ая работа с учащимися по углубленному материалу	ноябрь	
5.	Составление памяток «Твои безопасные каникулы», размещение в ВК	Выработка умений по составлению памяток	декабрь	
6	Оформление стенда по антитеррористическо й защищенности	Обновление материала школьного стенда	январь	
7	Квест –игра « По тропе безопасности»	Отработка умений безопасного поведения в природе	февраль	
8	Родительское собрание «Роль семейных традиций в воспитании ЗОЖ»	Понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека		
9	Участие в предметной неделе развивающего цикла: выступление агитбригады «Мы за ЗОЖ»,квест –игра ,викторина, составление листовок ,конкурс плакатов	Индивидуальн ая и групповая работа с учащимися по правилам безопасного поведения в быту и на природе, по оказанию первой помощи	март	
9	Участие в школьной конференции	Индивидуальн ая работа с учащимися по	март	

	проектных и исследовательских работ	написанию проектов		
10	Спортивно – оздоровительная программа «Путь к доброму здоровью»	Воспитание силы воли и выносливости	апрель	
11	Активный отдых на природе	Отработка специальных навыков, необходимых для похода	май	
12	Составление памяток по безопасному лету, распространение среди учащихся начальных классов		май	
13	Праздник кружковцев		май	

Календарный график на 72 часа

Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь			
Недели \ даты				Недели \ даты				Недели \ даты				Недели \ даты			
1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
5-11	12-18	19-25	26-30	1-9	10-16	17-23	24-31	1-6	7-13	14-20	21-30	1-11	12-18	19-25	26-31
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
8				16				24				32			

Январь			Февраль				Март					Апрель				Май			
Недели \ даты			Недели \ даты				Недели \ даты					Недели \ даты				Недели \ даты			
1-2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4
1-15	16	23	1	6-1	13	20	1	6-1	13	20	27	1	10	17	24	1	8-1	15	22
5	22	31	5	2	19	28	5	2	19	26	31	9	16	23	30	7	4	21	31
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
38			46				56					64				72			

Контрольно – измерительные материалы для 1 года обучения:

Оценочный материал

Тест к 15 занятию.

1.. Укажите, какие данные необходимо назвать при вызове по телефону службы безопасности:

- А. номер телефона и адрес;
- Б. причину вызова, свои имя и фамилию, номер телефона и адрес;
- В. адрес местожительства и номера рядом расположенных домов.

2..Какую ситуацию мы называем опасной?

- А. Ситуацию, угрожающую жизни, здоровью, имуществу человека или окружающей среде.
- Б. Неприятную ситуацию, с которой человек не в силах самостоятельно справиться.
- В. Ситуацию, которая обязательно заканчивается для человека травмой, ранением и переломом.

3.Какое правило является обязательным в любой опасной ситуации?

- А. Не паникуй
- Б. Чувствуй себя увереннее
- В. Надейся только на себя

4.Как вы поступите, возвращаясь вечером домой с прогулки?

- А. пойду по улице, прижимаясь к стенам домов, вдоль производственных корпусов;
- Б. пойду по хорошо освещенным, многолюдным улицам;
- В. выберу маршрут по пустынным скверам и дворам, плохо освещенным подземным переходам.

5.Эвакуироваться из школы необходимо, если...

- А. Услышали сигнал эвакуации
- Б. Почувствовали запах дыма
- В. Вам угрожают

6.При эвакуации из школы нужно обязательно...

- А. Строго выполнять указания учителя
- Б. Стараться спасти имущество
- В. Тушить огонь, чтобы он не распространялся дальше

7.При пожаре в любом задымлённом помещении (в здании, в транспорте...) нужно помнить...

- А. Чем лучше спрячешься, тем безопаснее для тебя
- Б. Необходимо передвигаться к выходу на четвереньках или ползком и дышать через влажную ткань, прикрыв ею рот и нос
- В. Страшен только открытый огонь

8.Основными зонами опасности в метро являются...

- А. Вход и выход из метро
- Б. Эскалатор, перрон, вагон поезда
- В. Только эскалатор

9. При поездке на дальнее расстояние необходимо соблюдать следующие правила:

А. Быть внимательным, не оставлять без присмотра свои вещи, познакомиться с соседями, документы и ценные вещи держать при себе.

Б. Держать все вещи в одном месте, оставлять вещи без присмотра.

В. Громко разговаривать, показывать всем свои ценности, полностью доверять своим соседям по вагону.

10. Какие правила необходимо соблюдать, чтобы избежать опасных ситуаций на железной дороге

А. Знать расписание поездов и электричек

Б. Не ходить по ж/д путям; переходить железнодорожное полотно только в установленных местах

В. Знать правила поведения при пожаре в поезде

11. При пожаре в поезде нельзя...

А. Останавливать поезд с помощью стоп-крана

Б. Эвакуироваться в задние или передние вагоны

В. Забираться на крышу

12. Чем можно отравиться дома:

А. Сладким чаем с лимоном

Б. Свежим воздухом, открыв форточку

В. Медицинскими препаратами, стиральным порошком, немытыми или испорченными продуктами

13. Выберите правильное утверждение

А. В транспорте безопасно, так как есть аптечка и огнетушитель!

Б. Забытую бесхозную сумку можно всегда вернуть за вознаграждение!

В. Не думайте о багаже – жизнь дороже!

14. СИТУАЦИЯ.

Во время урока вы вышли и на момент экстренной эвакуации отсутствуете в классе. Ваши действия:

А. Постараетесь найти свой класс

Б. Соберёте вещи и уйдёте домой

В. Эвакуируетесь с другим классом, поставив в известность другого учителя

15. Как необходимо перейти на другую сторону улицы человеку, который вышел из автобуса?

А. следует поступить, как большинство людей;

Б. следует обойти автобус сзади;

В. следует обойти автобус спереди.

16. С какого возраста разрешается выезжать на велосипеде на дороге общего пользования?

А. с 12 лет;

Б. с 14 лет;

В. с 16 лет.

17. Что необходимо предпринять при возгорании телевизора?

А. следует кричать и звать на помощь;

Б. не следует ничего предпринимать до приезда спасателей;

В. следует отключить телевизор от сети и накрыть плотной тканью.

18. Какой сигнал является СПЕЦИАЛЬНЫМ для оповещения населения о самых опасных и чрезвычайных ситуациях?

А. «Тревога!»

Б. «Внимание всем!»

В. «Будьте внимательны!»

Тест к 23 занятию

1. Какая служба не входит в систему обеспечения безопасности города?

А) служба спасения

Б) служба связи

В) служба газа

2. Укажите причину затопления жилища:

А) неисправность запорных устройств (кранов)

Б) неисправность электропроводки и освещения

В) сквозные трещины в перегородках

3. Отравление бытовым газом в квартире (доме) может произойти в результате:

А) полного сгорания газа

Б) неполного сгорания газа

В) отключения электроэнергии в квартире

4. Придя домой, вы почувствовали запах газа. Выберите из предлагаемых вариантов ваше дальнейшее действие:

А) позвонить родителям или в аварийную службу

Б) пойти к соседям и позвонить родителям или в аварийную службу

Д) зажечь спичку, чтобы определить место утечки газа

5. Определите из приведенных ниже причину пожаров в жилых зданиях:

А) нарушение правил безопасности при пользовании электробытовыми и электронагревательными приборами

Б) отсутствие первичных средств пожаротушения

В) неисправность внутренних пожарных кранов

6. Из предложенных вариантов выберите причину транспортных аварий:

А) отсутствие разметки на дороге

Б) невнимательность участников дорожного движения

В) отсутствие светофоров на перекрестках

7. Для выхода из автобуса в случае аварии можно использовать:

А) вентиляционные люки

Б) кабину водителя

В) двери и окна

Найдите ошибку.

8. В ненастную, сырую погоду вы едете в троллейбусе. Неожиданно подул сильный ветер и произошел обрыв контактного провода, который упал на крышу троллейбуса. Водитель открыл двери для выхода

пассажиров. Как вы будете покидать троллейбус? Укажите правильный ответ:

- А) через окно
- Б) будете выходить через двери по ступенькам
- В) будете покидать троллейбус через дверь только прыжком, чтобы не поразило током

9. Вам кажется, что кто-то идет за вами следом. Ваши действия:

- А) перейдете несколько раз улицу и, убедившись в своих подозрениях, побежите в людное место
- Б) остановитесь и уясните причину преследования
- В) броситесь бежать к телефонной будке

10. Вы заходите в свой подъезд и слышите громкие крики, смех, шум и понимаете, что этажом выше на лестничной клетке находится пьяная компания. Выберите из предлагаемых вариантов действий правильный:

- А) спокойно подниматься домой
- Б) ждать, пока они уйдут
- В) дожидаться взрослого знакомого человека, входящего в подъезд, и попросить проводить вас до квартиры

11. Вы пришли домой и замечаете, что в квартире кто-то побывал (распахнута дверь, выбито окно и т.п.). Ваши действия:

- А) войдете в квартиру, осмотрите ее, установите, какие вещи исчезли, и сообщите об этом в полицию
- Б) войдете в квартиру и сразу сообщите в полицию по телефону 02
- В) не будете входить в квартиру, а вызовете полицию по телефону от соседей

12. Находясь дома одни, вы вдруг слышите прерывистые гудки предприятий и машин. Ваши действия:

- А) это сигнал «Внимание всем!». Услышав его, вы немедленно включите телевизор, радиоприемник и будете слушать сообщение
- Б) немедленно покинете помещение и спуститесь в убежище
- В) это сигнал «Радиоактивная опасность». Вы плотно закроете все форточки и двери

13. Гиподинамия, это:

- А) недостаток движения
- Б) избыток движения
- В) физическое перенапряжение организма

14. Перечислите, что необходимо использовать для переноски школьных принадлежностей, чтобы не было искривления позвоночника и была правильная осанка:

- А) портфель
- Б) школьный рюкзак
- В) сумку

Тест к 32 занятию

1. Какая служба не входит в систему обеспечения безопасности города?

- А) пожарная охрана
- Б) городская справочная служба
- В) служба газа

2. Из предложенных вариантов выберите причину возникновения опасных ситуаций в квартире (доме):

- А) неправильное обращение с техникой и бытовыми приборами
- Б) отсутствие аварийного освещения
- В) отсутствие сигнализации

3. Электротравма или электрический удар током происходит в результате:

- А) соприкосновения друг с другом нескольких оголенных электропроводов, находящихся под напряжением
- Б) прикосновения мокрыми руками к электророзетке
- В) прикосновения к неисправной отключенной электропроводке

4. В бытовой газ добавляют специальное вещество для того, чтобы:

- А) увеличить или уменьшить давление газа
- Б) изменить цвет газа, чтобы его было лучше видно
- В) обнаружить утечку газа по запаху

5. Выберите из названных ниже причину взрывов в жилых зданиях:

- А) утечка бытового газа
- Б) неосторожное обращение с огнем
- В) нарушение правил эксплуатации бытовых электроприборов

6. Что запрещается делать при пожаре в квартире? Выберите правильный ответ:

- А) выходить через задымленную лестничную площадку и пользоваться лифтом
- Б) при выходе по незадымлённой лестнице держаться за стены и поручни
- В) при эвакуации из задымленного помещения пользоваться переносным карманным фонариком

7. Вы с родителями опаздываете на электричку. На путях перед вами стоит товарный поезд. Выберите из предлагаемых вариантов правильный ответ:

- А) бежать через пути к платформе, обегая товарный поезд
- Б) пройти до перехода и выйти на платформу
- В) пролезть к платформе под товарными вагонами

8. Вас пригласили на дачу отмечать Новый год. На улице -29°C. От автобусной станции вы должны ехать по шоссе 17 км. На остановке автобуса вы узнаете, что автобусы начнут ходить только через два часа. Вам сказали, что вы можете дойти через лес за час. Выберите из предлагаемых вариантов единственно правильный:

- А) пойти через лес
- Б) попытаться доехать на какой-либо проезжающей мимо машине
- В) вернуться домой

9. Из предложенных вариантов выберите причину транспортных аварий:

- А) отсутствие светофоров на перекрестках
- Б) отсутствие регулировщика на нерегулируемом перекрестке
- В) неправильное поведение пассажиров

10. Вы идете из школы домой. К вам подходит незнакомец и предлагает покататься на машине. Выберите из предлагаемых вариантов действий правильный:

- А) скажете, что сейчас не можете, но с удовольствием покатаетесь в следующий раз и попросите позвонить вам по домашнему телефону, чтобы договориться о времени и месте встречи
- Б) скажете: «Нет. Я не поеду» и отойдете или перейдете на другую сторону дороги
- В) согласитесь покататься только 10-15 минут при условии, что он потом проводит вас домой

11. Возвращаясь вечером домой, вы будете:

- А) идти кратчайшим путем, пролегающим через дворы, свалки и плохо освещенные места
- Б) идти по освещенному тротуару и как можно ближе к краю дороги
- В) воспользуетесь попутным транспортом

12. Вы играли с друзьями на улице. Вдруг на заводах и предприятиях загудели гудки. В жилом районе включили сирену. Ваши действия:

- А) немедленно пойти домой и уточнить у родителей или соседей, что произошло в микрорайоне, городе, стране
- Б) продолжить игру, не обращая внимания на происходящее вокруг вас
- В) пойти домой, включить радио или телевизор на местной программе, выслушать информацию и выполнить содержащиеся в ней указания

13. Какого необходимо придерживаться правила при работе сидя, чтобы сохранять правильную осанку?

- А) сидеть так, чтобы грудная клетка опиралась на край стола
- Б) сидеть, опираясь левым локтем на стол
- В) грудная клетка и голова должны держаться прямо, лишь немножко наклоняясь вперед

14. Искривление позвоночника в правую или левую сторону, это:

- А) заболевание костей скелета
- Б) сколиоз
- В) заболевание мышц

Тест к занятию 50

1. Повреждение целостности тканей и нарушение функций, сопровождающееся местной или общей реакцией организма, вызванное воздействием на человека одного или одновременно нескольких факторов внешней среды (механических, тепловых, холодных, химических, радиационных), это:

- а) рана;
- б) травма;

в) ушиб.

2. К открытым повреждениям относятся:

- а) сдавление мягких тканей;
- б) раны, сопровождаемые кровотечениями;
- в) разрывы связок и сухожилий;

3. Если кровь изливается на поверхность тела, то такое кровотечение называется:

- а) открытым; б) закрытым; в) наружным; г) внутренним.

4. Из приведенных примеров выберите те, которые характеризуют венозное кровотечение:

- а) кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струёй;
- б) кровь сочится по всей поверхности тела и ее трудно остановить;
- в) кровь имеет темный цвет, не пульсирует, вытекает из раны спокойно, непрерывно.

5. Назовите, сколько в организме взрослого человека содержится крови.

- а) около 3 литров; б) около 4 литров; в) около 5 литров; г) около 6 литров.

6. К серьезным последствиям для организма человека приводит потеря крови в количестве:

- а) около 1 литра; б) более 1 литра; в) 1 литр.

7. Временную остановку кровотечения можно осуществить несколькими способами. Выберите из приведенных ответов правильные:

- а) пальцевым прижатием артериального сосуда ниже места ранения;
- б) наложением асептической повязки на место кровотечения;
- в) наложением жгута на 3-5 см выше раны;
- г) пальцевым прижатием артериального сосуда выше раны;
- д) максимальным разгибанием конечности;
- е) наложением давящей повязки на место кровотечения;
- ж) наложением жгута на 3-5 см ниже раны;
- з) максимальным сгибанием конечности;
- и) возвышенным (несколько выше грудной полости) положением поврежденной конечности;

8. В зависимости от характера повреждения кровотечение бывает:

- а) венозное; б) внезапное; в) артериальное; г) спокойное; д) капиллярное.

9. Из приведенных примеров выберите те, которые характеризуют артериальное кровотечение:

- а) кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струёй;
- б) кровь сочится по всей поверхности тела и ее трудно остановить;
- в) кровь имеет темный цвет, не пульсирует, вытекает из раны спокойно, непрерывно.

10. Из приведенных ответов выберите те, которые определяют максимальное время наложение жгута зимой:

- а) не более 30 минут; б) не более 60 минут; в) не более 90 минут; г) не более 120 минут; д) не более 150 минут.

11. Способ остановки кровотечения приданием возвышенного положения поврежденной конечности главным образом применяется:

- а) при любых ранениях конечности;
- б) при смешанном кровотечении;
- в) при поверхностных ранениях в случае венозного кровотечения.

12. Повязка:

- а) закрывает рану;
- б) предохраняет рану от загрязнения;
- в) воздействия воздушной среды;
- г) уменьшает боль.

Какая допущена ошибка?

13. Начинают и заканчивают повязку на:

- а) более широкой части тела; б) более узкой части тела; в) на средней, не очень широкой и не очень узкой части тела.

14. Из приведенных ответов выберите те, которые определяют максимальное время наложение жгута летом:

- а) не более 30 минут; б) не более 60 минут; в) не более 90 минут; г) не более 120 минут; д) не более 150 минут.

15. Назовите, какой метод можно использовать для остановки кровотечения из сосудов кисти или предплечья.

- а) максимально отвести плечи пострадавшего назад и зафиксировать их за спиной широким бинтом;
- б) поместить в локтевой сустав валик из скатанной материи, согнуть руку в локтевом суставе и зафиксировать предплечье к плечу.

16. Основной материал, которым пользуются при перевязке, это:

- а) лейкопластырь; б) трубчатые бинты; в) марлевые (плоские бинты).

17. Любую повязку начинают с фиксирующих ходов. Это означает:

- а) первый тур надо закрепить, загнув кончик бинта и зафиксировать его вторым туром;
- б) фиксированием второго тура бинта к третьему;
- в) второй тур бинта надо закрепить к первому булавкой или шпилькой

18. Верны ли следующие суждения? Кровоостанавливающий жгут наложен правильно, если ниже места наложения жгута А. пульс отсутствует Б. конечность бледная 1) верно только А 2) верно только Б 3) верны оба суждения 4) оба суждения неверны

Тест к занятию 70

1. Питание выполняет в жизни человека основные функции:

- а/ снижает психологические нагрузки;
 - б/ осуществляет необходимое взаимодействие между духовным и физическим здоровьем;
 - в/ поддерживает биологическую жизнь, обеспечивает постоянный обмен веществ и энергии между организмом человека и окружающей средой
- Витамины в развитии человека:

- а/ обеспечивают устойчивость организма к воздействию болезнетворных микробов;
- б/ являются главным источником энергии;
- в/ являются строительным материалом.

2.Гиподинамия – это:

- а/ избыток движения;
- б/ недостаток движения;
- в/ физическое перенапряжение организма.

3Продолжительность сна в подростковом возрасте должна составлять не менее:

- а/ 7 часов в сутки;
- б/ 8 часов в сутки;
- в/ 9 часов в сутки.

4.Оптимальное время, затрачиваемое на подготовку домашних заданий должно составлять не более:

- а/ 2,5 – 3 часа;
- б/ 3 – 3,5 часа;
- в/ 3,5 – 4 часов.

5.Одно из самых эффективных средств укрепления механизмов приспособления к холоду и жаре, повышения устойчивости организма к изменениям природных условий – это:

- а/ закаливание;
- б/ физическая культура;
- в/ личная гигиена.

6Солнечные ванны в летнее время лучше всего принимать:

- а/ утром;
- б/ до полудня;
- в/ после полудня;
- г/ вечером.

7. Лучшим способом профилактики простудных заболеваний является:

- а/ вкусное питание;
- б/ закаливание;

в/ употребление новейших лекарственных препаратов

Система оценивания тестов по 5 бальной системе :

80-100% от максимальной суммы баллов за задания основной части —
отметка «5»;

60-79% — «4»;

40-59% — «3»;

0-39% — «2».

Контрольно – измерительные материалы для 2 года обучения:

В разделе «Экстремальные ситуации в природных условиях»

Тест по правилам поведения на природе к 14 занятию

1. Выберите из указанных ниже основные виды экстремальных ситуаций в природе:

- а) резкое изменение природных условий;
- б) неумение ориентироваться на местности;
- в) переезд на новое место жительства из одного района города в другой;
- г) вынужденное автономное существование;
- д) потеря одним из членов туристской группы личного снаряжения;
- е) смена климатогеографических условий;
- ж) заболевания и повреждения организма человека, требующие экстренной медицинской помощи;
- з) автономное существование туристской группы в природных условиях, идущей по разработанному маршруту, имеющей необходимое снаряжение и продукты питания.

2. Причинами вынужденного автономного существования в природных условиях являются:

- а) выпадение осадков;
- б) авария транспортных средств (автомашин, самолетов, речного и морского транспорта);
- в) потеря части продуктов питания;
- г) потеря компаса;
- д) потеря группы в результате отставания или несвоевременного выхода к месту сбора;
- е) несвоевременная регистрация группы перед выходом на маршрут;
- ж) потеря ориентировки на местности
- з) резкое понижение температуры воздуха.

3. Какая задача при подготовке и проведении туристского похода является главной? Укажите правильный ответ:

- а) выполнение целей и задач похода;
- б) обеспечение безопасности;
- в) полное прохождение маршрута.

4. С какой целью руководитель похода обязан сообщить о маршруте туристской группы в поисково-спасательную службу (ПСС)? Укажите правильный ответ:

- а) для того, чтобы от ПСС был выделен представитель для сопровождения группы на маршруте;
- б) для того, чтобы ПСС могла контролировать прохождение группой населенных пунктов, отмеченных в маршруте;
- в) для того, чтобы ПСС выделила группе рацию для связи при прохождении маршрута;
- г) для того, чтобы ПСС могла контролировать прохождение группой маршрута и в случае экстремальной ситуации или несвоевременного завершения маршрута оперативно оказать ей помощь.

5. Из нижеперечисленных объектов, выберите те, которые являются линейными ориентирами:

- а) линии электропередач;
- б) граница леса;
- в) летящий самолет;
- г) автобус, стоящий на остановке;
- д) овраг;
- е) дорога;
- ж) просека;
- з) трактор в поле.

6. Наиболее удобной обувью в походе являются:

- а) туристические ботинки;
- б) сапоги резиновые;
- в) сапоги хромовые;
- г) кроссовки;
- д) полуботинки;
- е) легкие спортивные тапочки;
- ж) кеды;
- з) туфли.

7. Как высушить резиновые сапоги в походе? Укажите правильный ответ:

- а) вытащить из сапог стельки и протереть внутри досуха тряпкой;
- б) набить сапоги сухой травой или бумагой и поставить их недалеко от костра;
- в) поставить сапоги к теплу, но не к открытому огню;
- г) вбить в землю около костра колышки и повесить на них сапоги.

8. Какого цвета должна быть верхняя одежда туриста? Укажите правильный ответ:

- а) однотонного цвета;
- б) из камуфлированного материала;
- в) яркая, демаскирующая.

9. Что необходимо знать, если группа попала в экстремальную ситуацию на природе? Укажите правильные ответы:

- а) есть ли пострадавшие, уставшие и ослабленные члены группы;
- б) кого из членов группы можно направить в разведку для определения местонахождения населенного пункта;
- в) возможно ли определить свое местонахождение;
- г) сколько имеется продуктов питания;
- д) имеется ли теплая одежда и личное снаряжение (спички, ножи, компас и т.д.);

- е) имеется ли специальный инструмент для строительства временного жилища, заготовки дров и разведения костра;
- ж) имеются ли средства связи;
- з) какая может быть погода в ближайшее время.

10. Что нужно делать, если в походе во время движения по маршруту вы отстали от группы? Разместите указанные действия в необходимой последовательности:

- а) искать следы своих товарищей;
- б) ждать, когда за вами вернутся;
- в) не сходить с трассы, лыжни;
- г) остановиться на развилке тропы;
- д) построить временное жилище;
- е) развести костер.

11. Что необходимо предпринять, если во время движения на маршруте вы заблудились и не можете найти свои следы? Укажите в какой очередности вы будете выполнять указанные действия:

- а) прислушаться к звукам;
- б) определить, сколько времени двигались;
- в) остановиться и оценить ситуацию;
- г) найти возвышенное место и оглядеться;
- д) вспомнить свой путь;
- е) искать тропу или дорогу, ручей или реку;

ж) осмотреться, искать затесы или маркировку туристских маршрутов на деревьях;

з) выйти на тропу, дорогу, к ручью или реке и определить направление выхода.

12. При прохождении туристского маршрута в лесу ваша группа попала в экстремальную ситуацию. Командир группы принял решение ожидать помощь на месте. Что необходимо предпринять в этом случае? Выберите из предложенных вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

а) при наличии в группе пострадавших направить их в сопровождении нескольких человек искать населенный пункт с целью оказания помощи;

б) если есть пострадавшие, ослабленные, больные, оказать им первую медицинскую помощь;

в) подавать аварийные сигналы поисковым группам;

г) при помощи компаса определить направление выхода и послать группу разведки для определения расстояния до ближайшего населенного пункта;

д) при отсутствии запаса продуктов питания организовать поиск воды и пищи;

е) организовать поиск топлива для разведения костра;

- ж) организовать поиск возвышенного места для определения своего местонахождения;
- з) организовать приготовление пищи;
- и) организовать сооружение временного жилища;
- к) одеть теплые вещи и сесть ближе к костру, временное жилище не сооружать.

13. Приметами хоженной тропы могут быть:

- а) высокая трава;
- б) примятая трава;
- в) следы от транспорта;
- г) растущие на тропе грибы, ягоды;
- д) следы деятельности человека (фантики от конфет, бумага, остатки пищи, окурки и т.д.);
- е) наличие следов птиц и зверей;
- ж) сломанные ветки.

14. Источники света видны ночью на расстоянии:

- а) костер: до 3 км.; 5 км.; 8 км.; 10 км.;
 - б) свет карманного фонарика: до 1 км.; 1,5 км.; 2 км.; 2,5 км.;
- Выберите из предложенных вариантов правильные.

15. Маркировка туристских маршрутов осуществляется металлическими табличками, которые крепятся на деревьях на уровне роста человека. Таблички имеют три горизонтальные полосы. В какие цвета они окрашены? Выберите правильные ответы:

- а) красная - белая - красная;
- б) белая - красная - белая;
- в) синяя - желтая - синяя;
- г) желтая - синяя - желтая;
- д) белая - синяя - белая;
- е) синяя. - белая - синяя.

16. В солнечный полдень тень указывает направление на:

- а) юг;
- б) север;
- в) запад;
- г) восток.

Укажите правильный ответ.

17. Как определить стороны света, находясь в лесу в безлунную ночь? Укажите правильный ответ:

- а) по часам;
- б) по луне;
- в) по Полярной звезде.

18. Определить стороны света на местности можно по:

- а) направлению ветра;
- б) собственной тени;
- в) направлению течения реки;
- г) направлению хоженных троп;
- д) направлению нехоженных троп;
- е) компасу;
- ж) звездам;
- з) направлению движения поездов;
- и) местным предметам;
- к) часам.

Выберите правильные способы.

19. По каким местным приметам можно определить стороны света?
Выберите правильные варианты:

- а) стволам и коре деревьев;
- б) кустарнику и сухой траве;
- в) лишайнику и мху;
- г) направлению течения ручьев и рек;
- д) склонам холмов и бугров;
- е) наезженной колее;
- ж) муравейникам;
- з) таянию снега;
- и) полыньям на водоемах;
- к) скорости ветра.

20. Выберите из предложенных вариантов установленные требования к месту сооружения временного жилища:

- а) место должно находиться на берегу реки на уровне воды;
- б) место должно находиться на ровной возвышенной продуваемой площадке;
- в) место должно находиться среди сухостоя, который можно использовать для костра;
- г) возле площадки должен находиться источник воды и достаточно топлива;
- д) недалеко от площадки должна быть дорога или наезженная тропа;
- е) возле лагеря должна быть площадка (поляна) для подачи сигналов бедствия в случае необходимости.

21. При устройстве навеса или шалаша крышу следует накрывать:

- а) сверху - вниз;
- б) справа - налево;
- в) снизу - вверх;
- г) безразлично как.

Какой из способов является единственно правильным и почему?

22. На каком костре можно быстро вскипятить воду? Выберите вариант ответа:

- а) "нодья";
- б) "таежный";
- в) "колодец";
- г) "шалаш".

23. Назовите, какие из указанных ниже костров относятся к жаровым:

- а) "шалаш";
- б) "звездный";
- в) "таежный";
- г) "решетка".

24. Как правильно разводить костер? Разместите предложенные ниже действия в правильном порядке:

- а) положить на почву растопку;
- б) на растопку положить ветки;
- в) поджечь костер двумя - тремя спичками;
- г) приготовить растопку и дрова;
- д) сверху веток положить поленья, дрова;
- е) соблюдать правила пожарной безопасности.

25. Что запрещается делать при разведении костра? Выберите из предложенных вариантов правильные ответы:

- а) разводить костер возле водоемов;
- б) разводить костер на торфяных болотах;
- в) разводить костер на снегу;
- г) разводить костер близ деревьев;
- д) использовать для костра сухостой;
- е) использовать для костра сухую траву;
- ж) использовать для костра живые деревья;
- з) использовать для костра мох и мелко раздробленную кору;
- и) оставлять без присмотра горящий костер;
- к) оставлять дежурить возле костра менее 3-х человек.

26. Выберите из предложенных вариантов требования, предъявляемые к месту разведения костра:

- а) необходимо найти хорошо проветриваемую поляну;
- б) необходимо найти поляну, защищенную от ветра;
- в) место разведения костра должно быть не далее 10 метров от водоема;
- г) в ненастную погоду надо разводить костер под деревом, крона которого должна превышать основание костра на 6 метров;

- д) место разведения костра необходимо очистить от травы, листьев, неглубокого снега;
- е) место разведения костра должно быть обложено камнями;
- ж) место разведения костра должно быть обложено поленьями.

27. Как сохранить работоспособность при отсутствии пищи и воды?
Выберите правильные ответы:

- а) повысить физическую активность, чаще делать физические упражнения;
- б) снизить физическую активность;
- в) организовать полноценный отдых;
- г) в летнее время в ясную жаркую погоду периодически купаться;
- д) избегать температурного дискомфорта (или переохлаждения);
- е) чаще находиться возле костра.

28. Назовите, какими насекомыми и пресмыкающимися можно утолить голод в условиях вынужденного автономного существования при отсутствии продуктов питания;

- а) саранча и кузнечики;
- б) колорадский жук;
- в) термиты;
- г) ящерицы и змеи.

29. Вы испытываете сильный голод и поймали гусеницу. Ваши действия:

- а) съедите сырой;
- б) пожарите;
- в) не будете есть.

30. Укажите, какое время является лучшим для рыбной ловли:

- а) полдень;
- б) утро (на рассвете);
- в) ночь (после наступления темноты);
- г) вечер (перед закатом);
- д) в течение дня.

31. Назовите, какие растения можно использовать, чтобы заварить чай:

- а) листья березы;
- б) листья малины и земляники;
- в) волчьи ягоды;
- г) бузина;
- д) черника;
- е) брусника;
- ж) полынь;
- з) иван-чай.

32. Потребность человека в воде при умеренных физических нагрузках в сутки составляет:

- а) более 2 литров;
- б) 1,2 литра;
- в) 1,5 - 2 литра;
- г) до 2 литров.

Какой вариант из указанных правильный?

33. Укажите самый простой способ обеззараживания воды в полевых условиях из предложенных ниже:

- а) очистка через фильтр из песка и материи;
- б) очистка через фильтр из песка, ваты и материи;
- в) кипячение воды;
- г) добавление в воду марганцовки.

Правила поведения на природе

1. а, г, е, ж.

2. б, д, ж.

3. б

4. г

5. а, б, д, е, ж.

6. а, г, ж.

7. а, в

8. в

9. а, в, г, д, з.

10. в, а, г, б, е, д.

11. в, д, б, а, ж, г, е, з.

12. б, и, е, д, з, в.

13. б, в, д, ж.

14. а-до 8км, б-до 1,5км.

15. б

16. б

17. в

18. б, е, ж, и, к.

19. а, в, д, ж, з.

20. б, г, е,

21. в

22. г

23. б, в.

24. г, а, в, б, д, е.

25. б, г, ж, и.

26. б, д, е.

27. б, в, д.

28. а, в, г.

29. в

30.б,г

31.б,д,е,з.

32.в

33.в

Оценивание по 5 бальной системе

«5» -на все вопросы дан правильный ответ;

«4» -от 7 до 6 правильных ответов;

«3» -от 5 до 4 правильных ответов;

Менее 4 –учащийся не справился с тестом

Тест к 28 занятию

1. По каким приметам нельзя определить стороны горизонта

- по таянию снега на склонах оврага
- по пологой стороне муравейника
- по грибам рядом с деревом

2. Возможны разные причины вынужденного автономного существования в природных условиях. Укажите ошибочный вариант

- потеря компаса
- авария транспортных средств в условиях природной среды
- потеря ориентировки на местности во время похода

3. Основной мерой безопасности в походе является:

- соблюдение режима и графика движения
- соблюдение правил личной гигиены
- соблюдение дисциплины

4. Естественные препятствия, с которыми приходится чаще всего сталкиваться туристу на своем пути – это:

- реки
- мосты
- ручьи

5. К специальному снаряжению туриста-лыжника относятся

- лыжи
- многоспальные мешки
- медицинская аптечка

6. В снаряжение велотуриста, кроме обычных вещей, необходимых в любом туристском походе, обязательно входит:

- костровое оборудование
- палатка
- комплект гаечных ключей

7. Что не относится к непосредственным причинам вынужденного автономного существования в природных условиях?

- резкое изменение природных условий
- авария транспортного средства

- потеря ориентировки на местности

8. Назовите самый надёжный из предложенных способов обеззараживания воды

- очистка через фильтр из песка, ваты и материи
- добавление в воду марганцовки
- кипячение воды

Вопрос 9

9. Что является лучшим сигнальным средством в ночное время?

- свет фонарика
- громкий крик
- огонь костра

10. В ночное время направление на север указывает

- Полярная звезда
- созвездие Большая Медведица
- полная Луна

11. Какие основные способы ориентирования на местности вам известны

- по направлению ветра
- по небесным светилам
- по возможным услышанным звукам

12. Темп движения пешей группы определяется обычно условиями местности и погоды исходя из правила:

- равнение по самому слабому
- равнение по самому опытному
- равнение по самому сильному

15. Собираясь в поход, необходимо подобрать одежду. Какой она должна быть?

- в первую очередь водонепроницаемой
- однотонной или из камуфлированного материала
- свободной и в несколько слоев, чистой и сухой

16. Что может служить защитой в лесу от холода и снега во временном укрытии снизу

- солома
- лапник — ветки от ели или сосны
- сено

15. Укажите ошибку в перечисленных назначениях костров.

- отпугивание насекомых
- освещение
- приготовление пищи

Оценивание по пятибалльной системе

«5» - от 15 до 14 верных ответов;

«4» - от 13 до 11 верных ответов

«3» - от 10 до 7 правильных ответов

Менее 7 правильных ответов – учащийся не справился с заданием

Диктант к занятию 35 по специальным знакам международной кодовой таблицы символов

1. Изобразите международный сигнал бедствия.
2. Нужен врач, серьезная травма
3. Нужны медикаменты.
4. Не имеем возможности к передвижению;
5. Нужны пища и вода;
6. Требуется карта и компас;
7. Все в порядке;
8. Нет;
9. Да;
10. Укажите направление следования;
11. Здесь можно безопасно совершить посадку

Система оценивания по 5 бальной системе :

- 80-100% от максимальной суммы баллов за задания основной части —
отметка «5»;
- 60-79% — «4»;
- 40-59% — «3»;
- 0-39% — «2».

2. В разделе «Безопасность в чрезвычайных ситуациях»

Тест к 46 занятию

1. Как себя вести при захвате самолета, автобуса, поезда террористами?:

- а) Выполнять требования террористов, не создавайте конфликтных ситуаций;
- б) Спрашивать разрешения на все действия;
- в) При штурме самолета группой захвата лечь на пол и не подниматься до конца операции.

2. Какие основные признаки наличия взрывных устройств?:

- а) Присутствие проводов, небольшой антенны, изолянта, скотча на машине или каком-либо хозяйственном предмете (сумке, чемодане, коробке и т.д.);
- б) Бесхозные портфели, чемоданы, сумки, свертки, мешки, ящики, коробки;
- в) Присутствие шума внутри обнаруженного предмета (тиканье часов, щелчки или какие-либо другие звуки).

3. Что нужно сделать, обнаружив предмет, похожий на взрывное устройство?

- а) взять его домой, чтобы лучше его рассмотреть и сохранить до приезда специалистов;
- б) позвать друзей и рассмотреть предмет вместе;

в) не трогать его, предупредить окружающих, сообщить о находке в полицию или любому должностному лицу;

г) ничего не предпринимать.

4. При захвате террористами общественного здания, в котором вы находились вместе с другими гражданами, необходимо соблюдать нижеперечисленные правила безопасного поведения. Какое из них является ошибочным?

а) не пытайтесь самостоятельно обезвредить террористов, не вступайте с ними в споры, выполняйте все их требования;

б) старайтесь не привлекать к себе их внимания, спрячьтесь куда-нибудь, не делайте лишних, резких и подозрительных движений;

в) если освобождают часть заложников, детей и больных, старайтесь попасть в их число;

г) воспользуйтесь мобильным телефоном, чтобы сообщить о своем местонахождении.

5. Что вы станете делать при штурме здания группой захвата?

а) попытаюсь помочь группе захвата;

б) с началом штурма выбегу из здания в сторону расположения специального подразделения; в) лягу на пол, прикрою голову руками и не стану подниматься до конца операции;

г) перебегу в другое помещение.

6. Укажите ваши действия при применении слезоточивого газа.

а) будете дышать неглубоко; б) будете дышать через мокрый платок и часто моргать;

в) станете задерживать дыхание;

г) накроетесь курткой.

7. В захваченном террористами транспортном средстве:

а) оставайтесь на своем месте;

б) не перемещайтесь по салону;

в) переместиться ближе к водителю;

г) старайтесь меньше привлекать к себе внимание преступников;

д) вступить в диалог с преступниками, высказать претензии.

8. В случае силового освобождения заложников (при штурме спецподразделения):

а) попытайтесь укрыться за предметами (кресло, стол и другие предметы мебели);

б) прикрыть свое тело от пуль подручными средствами;

в) прикрыться другими заложниками, смешавшись с ними;

г) выйти на видное место, чтобы спецназ видел вас;

д) попытайтесь отойти от входных дверей, окон, люков и занять горизонтальное положение.

9. В момент штурма спецподразделениями:

а) уступить своё место бандитам среди заложников;

б) не брать в руки оружие преступников;

в) не позволять бандитам занять место среди заложников;

г) по возможности взять в руки оружие убитого преступника и помочь спецназу;

д) громко кричать, указывая спецназу на бандитов, чтобы помочь их распознать.

10. С какой целью людей берут в заложники?:

а) показать окружающим кто круче;

б) по религиозным или национальным мотивам;

в) чтобы прославиться в средствах массовой информации и заявить о себе;

г) чтобы получить выкуп;

д) по политическим мотивам.

В разделе «Оказание первой помощи»

Тест к занятию 49

1. Повреждение целостности тканей и нарушение функций, сопровождающееся местной или общей реакцией организма, вызванное воздействием на человека одного или одновременно нескольких факторов внешней среды (механических, тепловых, холодных, химических, радиационных), это:

а) рана;

б) травма;

в) ушиб.

2. К открытым повреждениям относятся:

а) сдавления мягких тканей; б) раны, сопровождаемые кровотечениями;

в) разрывы связок и сухожилий; г) открытые переломы; д) порезы.

В приведенных примерах допущены ошибки, найдите их.

2. Признаки закрытых повреждений:

а) болезненность;

б) открытое кровотечение;

в) изменение цвета кожи (она становится синей);

г) появление большой шишки (припухлость).

В приведенной цепочке допущена ошибка, найдите ее.

3. Если кровь изливается на поверхность тела, то такое кровотечение называется:

а) открытым; б) закрытым; в) наружным; г) внутренним.

4. Из приведенных примеров выберите те, которые характеризуют венозное кровотечение:

а) кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей;

б) кровь сочится по всей поверхности тела и ее трудно остановить;

в) кровь имеет темный цвет, не пульсирует, вытекает из раны спокойно, непрерывно.

5. Назовите, сколько в организме взрослого человека содержится крови.

а) около 3 литров; б) около 4 литров; в) около 5 литров; г) около 6 литров.

5. К серьезным последствиям для организма человека приводит потеря крови в количестве:

а) около 1 литра; б) более 1 литра; в) 1 литр.

6. Временную остановку кровотечения можно осуществить несколькими способами. Выберите из приведенных ответов правильные:

а) пальцевым прижатием артериального сосуда ниже места ранения;

б) наложением асептической повязки на место кровотечения;

в) наложением жгута на 3-5 см выше раны;

г) пальцевым прижатием артериального сосуда выше раны;

д) максимальным разгибанием конечности;

е) наложением давящей повязки на место кровотечения;

ж) наложением жгута на 3-5 см ниже раны;

з) максимальным сгибанием конечности;

и) возвышенным (несколько выше грудной полости) положением поврежденной конечности;

3. В зависимости от характера повреждения кровотечение бывает:

а) венозное; б) внезапное; в) артериальное; г) спокойное; д) капиллярное.

4. Из приведенных примеров выберите те, которые характеризуют артериальное кровотечение:

а) кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей;

б) кровь сочится по всей поверхности тела и ее трудно остановить;

в) кровь имеет темный цвет, не пульсирует, вытекает из раны спокойно, непрерывно.

7. Из приведенных ответов выберите те, которые определяют максимальное время наложение жгута зимой:

а) не более 30 минут; б) не более 60 минут; в) не более 90 минут; г) не более 120 минут; д) не более 150 минут.

8. Способ остановки кровотечения приданием возвышенного положения поврежденной конечности главным образом применяется:

а) при любых ранениях конечности;

б) при смешанном кровотечении;

в) при поверхностных ранениях в случае венозного кровотечения.

9. Признаки растяжения:

а) боль при малейшем движении; б) головокружение; в) ограничение подвижности;

г) припухлость (отек), которая быстро увеличивается в размере;

д) незначительный кровоподтек, превращающийся потом в синяк.

10. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи при ушибах:

а) на место ушиба наложить тугую повязку;

- б) обеспечить покой пострадавшему;
- в) на место ушиба наложить холод;
- г) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

11. Смещение костей относительно друг друга в области сустава это:

- а) перелом; б) сдавление; в) вывих.

12. Повязка:

- а) закрывает рану;
- б) предохраняет рану от загрязнения;
- в) воздействия воздушной среды;
- г) уменьшает боль.

Какая допущена ошибка?

13. Определите, на какие из приведенных ниже частей тела накладывается спиральная повязка:

- а) нос, подбородок, затылок; б) область плеча; в) пальцы кисти; г) суставы.

14. Начинают и заканчивают повязку на:

- а) более широкой части тела; б) более узкой части тела; в) на средней, не очень широкой и не очень узкой части тела.

7. Из приведенных ответов выберите те, которые определяют максимальное время наложение жгута летом:

- а) не более 30 минут; б) не более 60 минут; в) не более 90 минут; г) не более 120 минут; д) не более 150 минут.

8. Назовите, какой метод можно использовать для остановки кровотечения из сосудов кисти или предплечья.

- а) максимально отвести плечи пострадавшего назад и зафиксировать их за спиной широким бинтом;
- б) поместить в локтевой сустав валик из скатанной материи, согнуть руку в локтевом суставе и зафиксировать предплечье к плечу.

9. Признаками ушиба являются:

- а) боль, усиливающаяся при движении;
- б) резкое повышение температуры;
- в) припухлость тканей (отек);
- г) кровоподтек, нарушение функций нижних или верхних конечностей.

10. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи при растяжении:

- а) обеспечить покой поврежденной конечности;
- б) придать поврежденной конечности возвышенное положение;
- в) наложить холод на поврежденное место;
- г) наложить тугую повязку на поврежденное место;
- д) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

11. Признаками вывиха являются:

- а) высокая температура; б) нервное возбуждение; в) изменение формы сустава; г) боль в суставе; д) вынужденное (необычное) положение

конечности; е) изменение длины конечности; ж) невозможность движения в суставе. **Найдите допущенные ошибки.**

12. Основной материал, которым пользуются при перевязке, это:

а) лейкопластырь; б) трубчатые бинты; в) марлевые (плоские бинты).

13. При травмах затылка или кисти накладывается:

а) сходящаяся или расходящаяся повязка; б) колосовидная повязка;

в) крестообразная (восьмиобразная) повязка.

14. Любую повязку начинают с фиксирующих ходов. Это означает:

а) первый тур надо закрепить, загнув кончик бинта и зафиксировать его вторым туром;

б) фиксированием второго тура бинта к третьему;

в) второй тур бинта надо закрепить к первому булавкой или шпилькой.

В разделе «Основы здорового образа жизни»

Тест к занятию 70

1. Питание выполняет в жизни человека основные функции:

а/ снижает психологические нагрузки;

б/ осуществляет необходимое взаимодействие между духовным и физическим здоровьем;

в/ поддерживает биологическую жизнь, обеспечивает постоянный обмен веществ и энергии между организмом человека и окружающей средой

2. Витамины в развитии человека:

а/ обеспечивают устойчивость организма к воздействию болезнетворных микробов; б/ являются главным источником энергии;

в/ являются строительным материалом.

3. Гиподинамия – это:

а/ избыток движения;

б/ недостаток движения;

в/ физическое перенапряжение организма.

4. Продолжительность сна в подростковом возрасте должна составлять не менее:

а/ 7 часов в сутки;

б/ 8 часов в сутки;

в/ 9 часов в сутки.

5. Оптимальное время, затрачиваемое на подготовку домашних заданий должно составлять не более:

а/ 2,5 – 3 часа;

б/ 3 – 3,5 часа;

в/ 3,5 – 4 часов.

6. Одно из самых эффективных средств укрепления механизмов приспособления к холоду и жаре, повышения устойчивости организма к изменениям природных условий – это:

а/ закаливание;

б/ физическая культура;

в/ личная гигиена.

7. Солнечные ванны в летнее время лучше всего принимать:

а/ утром;

б/ до полудня;

в/ после полудня;

г/ вечером.

8. Лучшим способом профилактики простудных заболеваний является:

а/ вкусное питание;

б/ закаливание;

в/ употребление новейших лекарственных препаратов

Система оценивания по 5 бальной системе :

80-100% от максимальной суммы баллов за задания основной части —
отметка «5»;

60-79% — «4»;

40-59% — «3»;

0-39% — «2».

Список литературы для педагога

- *Латчук В. Н., Марков В. В., Маслов А. Г.* Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа.
- *Латчук В. Н., Марков В. В., Маслов А. Г.* Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа.
- *Латчук В. Н., Миронов С. К.* Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: тетрадь для оценки качества знаний. — М.: Дрофа.
- *Латчук В. Н., Миронов С. К.* Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: тетрадь для оценки качества знаний. — М.: Дрофа.

Программы, методические и учебные пособия, дидактические материалы

- *Фролов М. П.* Безопасное поведение на дорогах. 5—10 классы: программы дополнительного образования. — М.: Дрофа.
- *Дурнев Р. А., Смирнов А. Т.* Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности школьников. 5—11 классы: методическое пособие — М.: Дрофа.
- *Михайлов А. А.* Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». 5—9 классы: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.
- *Соловьев С. С.* Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики — главные враги здоровья человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.
- *Евлахов В. М.* Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 5—9 классы. — М.: Дрофа.

Справочные пособия

- *Акимов В. А., Дурнее Р. А., Миронов С. К.* Защита от чрезвычайных ситуаций. 5—11 классы. — М.: Дрофа.
- *Латчук В. Н., Миронов С. К.* Безопасность при пожарах: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. — М.: Дрофа.

Мультимедийные издания

- Основы безопасности жизнедеятельности. 5—9 классы: электронное пособие. — М.: Дрофа.

Литература для ученика

- *Латчук В. Н., Миронов С. К., Бурдакова Т. В.* Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: рабочая тетрадь ученика. — М.: Дрофа.
- *Латчук В. Н., Миронов С. К., Бурдакова Т. В.* Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: рабочая тетрадь ученика. — М.: Дрофа.