


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Лицей № 2»

**РАССМОТРЕНО:**  
на заседании педагогического  
совета (НМС)  
Протокол № 1  
от 26.08 2021 г

**УТВЕРЖДЕНО:**  
приказом директора МБОУ «Лицей № 2»  
№ 446/д от 26.08 2021 г  
  
/Фоминская Е.А./



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по курсу внеурочной деятельности «Жизнь без опасности»  
для 9 классов  
направление: социальное  
основное общее образование  
на 2021/2022 учебный год

Составитель:  
Игнатенко Ольга Викторовна,  
учитель  
высшей квалификационной категории  
Ильинская Марина Александровна,  
учитель  
высшей квалификационной категории

г. Барнаул  
2021

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Жизнь без опасности» для учащихся 9 классов разработана в соответствии с утверждённым годовым календарным учебным графиком и учебным планом (приказ №     от     ).

Программа «Жизнь без опасности» ориентирована на создание у школьников правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации. В содержание курса «Жизнь без опасностей» входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЖ, которые систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в процессе обучения в школе, и способствует у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности.

Внеурочная деятельность «Жизнь без опасности» в основной школе строится так, чтобы были достигнуты следующие

### цели:

- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие учащимися ценностей гражданского общества, прав человека, правового государства, ценностей семьи;
- антиэкстремистское мышление антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- профилактика асоциального поведения учащихся;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

### задачи:

- формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование потребности в соблюдении требований, предъявляемых к гражданину РФ в области безопасности жизнедеятельности;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Данная программа предполагает обучение в объеме 34 часов, 1 час в неделю для учащихся 9-х классов.

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства (22 ч.)**

#### **Глава 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека (5 ч.)**

Роль городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации, которые могут возникнуть в городе.

Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище, и меры по их профилактике.

Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.

Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения (город-столица, город-порт и др.). Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе (с взрослыми и сверстниками, с незнакомым человеком).

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

#### **Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера (6 ч.)**

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения. Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Дорожные знаки. Светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

Пешеход — участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.

Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

Транспортное средство и водитель. Общие обязанности водителя. Велосипедист — водитель транспортного средства (велосипеда). Требования, предъявляемые к техническому состоянию велосипеда. Обязанности велосипедиста, правила его поведения на дороге.

Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре.

Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

### **Глава 3. Опасные ситуации природного характера (3 ч.)**

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явления.

Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

### **Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (3 ч.)**

Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы). Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационноопасных объектах; аварии на пожарных -взрывоопасных объектах; аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Действия населения при оповещении об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации.

Организация эвакуации населения.

Правила безопасного поведения при проживании на радиоактивно загрязненной местности

### **Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (2 ч.)**

Антиобщественное поведение и его опасность. Обеспечение личной безопасности дома. Обеспечение личной безопасности на улице. Решение ситуативных задач.

Криминогенные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми, и профилактика возникновения криминогенной ситуации.

Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.

Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасные ситуации. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

### **Глава 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (3 ч.)**

Экстремизм и терроризм, основные понятия, причины их возникновения. Виды экстремистской и террористической деятельности. Виды террористических актов и их последствия. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

## **Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (12 ч.)**

### **Глава 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3 ч.)**

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств. Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основные составляющие здорового образа жизни.

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой. Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода, гигиена питания.

### **Глава 8. Факторы, разрушающие здоровье (3 ч.)**

Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для совершенствования духовных и физических качеств. Вредные привычки (курение, употребление алкоголя), их отрицательное влияние на развитие способностей человека и его здоровье.

Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия постоянного курения для здоровья человека. Как уберечь себя от курения.

Алкоголь — наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность, отношение Человека, ведущего здоровый образ жизни, к употреблению спиртных напитков.

Собеседования на тему «Основы здорового образа жизни и профилактика вредных привычек». Обсуждаемые вопросы:

Влияние курения и употребления спиртных напитков на развитие человека, на его физические и умственные способности.

Почему курение и употребление спиртных напитков не совместимо с занятиями физической культурой и спортом?

Как подготовиться к тому, чтобы твердо сказать «нет!», когда предлагают сигарету или спиртное.

### **Глава 9. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (6 ч.)**

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи. Ситуации, при которых следует немедленно вызывать «скорую помощь», правила ее вызова. Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома. Последовательная отработка навыков в оказании первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении.

Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях. По выбору преподавателя отрабатываются навыки по оказанию первой медицинской помощи при отравлении медикаментами, препаратами бытовой химии, кислотами, щелочами, никотином, угарным газом.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Достигнутый уровень усвоения информации определяется не только системой опроса учащихся, но и по их реальному поведению на дороге, а также при самостоятельном разборе различных дорожных ситуаций. В процессе изучения программы у учащихся будут сформированы:

#### **•личностные УУД:**

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к учёбе;

- установка на здоровый образ жизни;

- способность к самооценке.

#### **•регулятивные УУД:**

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

- способность принимать и сохранять цели предстоящей учебной деятельности, поиска способов её осуществления;

- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;

- адекватно воспринимать оценку учителя;

- устанавливать причинно-следственные связи.

#### **•познавательные УУД:**

- осуществлять анализ объекта с выделением существенных и несущественных признаков;

- проводить сравнение и классификацию по заданным критериям;
- ориентироваться в материале: определять умения, которые будут сформированы на основе изучения данной темы, определять круг своего незнания;

- отвечать на простые и сложные вопросы учителя, самим задавать вопросы, находить нужную информацию в разных источниках;

- подробно пересказывать прочитанное или прослушанное, составлять простой план;

- наблюдать и делать самостоятельные простые выводы.

**•коммуникативные УУД:**

- участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки;

- оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций;

- читать вслух и про себя тексты учебников, других художественных и научно-популярных книг, понимать прочитанное;

- выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи);

- не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций.

**•предметные УУД:**

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей: умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация

возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации; умения оказывать первую медицинскую помощь

- формирование установки на здоровый образ жизни; развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.



## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
<b>Раздел 1. «Основы безопасности личности, общества и государства»</b>		<b>22</b>
1.	Глава 1 - Человек, среда его обитания, безопасность человека	5
2.	Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера	6
3.	Глава 3. Опасные ситуации природного характера	3
4.	Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	3
5.	Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение	2
6.	Глава 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства	3
<b>Раздел 2. «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»</b>		<b>12</b>
7.	Глава 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни	3
8.	Глава 8. Факторы, разрушающие здоровье	3
9.	Глава 9. Первая помощь и правила ее оказания	6
	<b>Итого</b>	<b>34</b>

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПОУРОЧНЫЙ ПЛАН  
ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЖИЗНЬ БЕЗ ОПАСНОСТИ»  
9 - А КЛАСС**

№ п/п	№ в разд еле	Наименование разделов, темы уроков	Лабораторные, практические, контрольные работы	Дата		Примечания
				По плану	Фактически	
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства (22 часа) Глава 1 - Человек, среда его обитания, безопасность человека (5 часов)						
1	1.1	Человек, среда его обитания, безопасность человека				
2	1.2	Человек, среда его обитания, безопасность человека				
3	1.3	Человек, среда его обитания, безопасность человека				
4	1.4	Человек, среда его обитания, безопасность человека				
5	1.5	Человек, среда его обитания, безопасность человека				
Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера (6 часов)						
6	2.1	Опасные ситуации техногенного характера				
7	2.2	Опасные ситуации техногенного характера				
8	2.3	Опасные ситуации техногенного характера				
9	2.4	Опасные ситуации техногенного характера				
10	2.5	Опасные ситуации техногенного характера				
11	2.6	Опасные ситуации техногенного характера				
Глава 3. Опасные ситуации природного характера (3 часа)						
12	3.1	Опасные ситуации природного характера				
13	3.2	Опасные ситуации природного характера				
14	3.3	Опасные ситуации природного характера				

Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (3 часа)						
15	4.1	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера				
16	4.2	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера				
17	4.3	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера				
Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (2 часа)						
18	5.1	Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение				
19	5.2	Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение				
Глава 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (3 часа)						
20	6.1	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства				
21	6.2	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства				
22	6.3	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства				
Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (12 часов)						
Глава 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3 часа)						
23	7.1	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни				
24	7.2	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни				
25	7.3	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни				
Глава 8. Факторы, разрушающие здоровье (3 часа)						
26	8.1	Факторы, разрушающие здоровье				

27	8.2	Факторы, разрушающие здоровье				
28	8.3	Факторы, разрушающие здоровье				
Глава 9. Первая помощь и правила ее оказания (6 часов)						
29	9.1	Первая помощь и правила ее оказания				
30	9.2	Первая помощь и правила ее оказания				
31	9.3	Первая помощь и правила ее оказания				
32	9.4	Первая помощь и правила ее оказания				
33	9.5	Первая помощь и правила ее оказания				
34	9.6	Первая помощь и правила ее оказания				

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПОУРОЧНЫЙ ПЛАН  
ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЖИЗНЬ БЕЗ ОПАСНОСТИ»,  
9 - Б КЛАСС**

№ п/п	№ в разд еле	Наименование разделов, темы уроков	Лабораторные, практические, контрольные работы	Дата		Примечания
				По плану	Фактически	
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства (22 часа) Глава 1 - Человек, среда его обитания, безопасность человека (5 часов)						
1	1.1	Человек, среда его обитания, безопасность человека				
2	1.2	Человек, среда его обитания, безопасность человека				
3	1.3	Человек, среда его обитания, безопасность человека				
4	1.4	Человек, среда его обитания, безопасность человека				
5	1.5	Человек, среда его обитания, безопасность человека				
Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера (6 часов)						
6	2.1	Опасные ситуации техногенного характера				
7	2.2	Опасные ситуации техногенного характера				
8	2.3	Опасные ситуации техногенного характера				
9	2.4	Опасные ситуации техногенного характера				
10	2.5	Опасные ситуации техногенного характера				
11	2.6	Опасные ситуации техногенного характера				
Глава 3. Опасные ситуации природного характера (3 часа)						
12	3.1	Опасные ситуации природного характера				
13	3.2	Опасные ситуации природного характера				
14	3.3	Опасные ситуации природного характера				

Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (3 часа)						
15	4.1	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера				
16	4.2	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера				
17	4.3	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера				
Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (2 часа)						
18	5.1	Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение				
19	5.2	Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение				
Глава 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (3 часа)						
20	6.1	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства				
21	6.2	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства				
22	6.3	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства				
Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (12 часов)						
Глава 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3 часа)						
23	7.1	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни				
24	7.2	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни				
25	7.3	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни				
Глава 8. Факторы, разрушающие здоровье (3 часа)						
26	8.1	Факторы, разрушающие здоровье				

27	8.2	Факторы, разрушающие здоровье				
28	8.3	Факторы, разрушающие здоровье				
Глава 9. Первая помощь и правила ее оказания (6 часов)						
29	9.1	Первая помощь и правила ее оказания				
30	9.2	Первая помощь и правила ее оказания				
31	9.3	Первая помощь и правила ее оказания				
32	9.4	Первая помощь и правила ее оказания				
33	9.5	Первая помощь и правила ее оказания				
34	9.6	Первая помощь и правила ее оказания				

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
ПРОЦЕССА ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«ЖИЗНЬ БЕЗ ОПАСНОСТИ» ДЛЯ 9 КЛАССА**

1. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование/(В. А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов и др.); под ред. В.А.Горского. - 2-е изд.-М.: Просвещение, 2011. – 111 с. – (Стандарты второго поколения).
2. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 9 класса общеобразовательных учреждений / А.Т.Смирнов, Б.О. Хренников. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2014.
3. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин. Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Кн. для учителя- составители А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, -М: Просвещение, 2012.





**ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ В ПРОГРАММУ  
ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЖИЗНЬ БЕЗ ОПАСНОСТИ»,  
9 - Б КЛАСС**

Учитель: Ильинская Марина Александровна

Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту

