

РАССМОТРЕНО

Протокол педагогического совета № 10

От 29.05.2026г.

№10



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ гимназия №5

Г. Конаково

С.Н. Кузьмичева

Приказ №90 от 29.05. 2026г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «Школа безопасности»

Направленность: физкультурно - спортивная

Уровень программы: общеразвивающая

Возраст обучающихся: 5 - 6 классы

Срок реализации: 1 год

Составитель программы: педагог ДПО

О.В. Леонтьева, 1 категория

Конаково, 2026 год

1. Нормативно – правовое обеспечение

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ (с изм. и доп., далее - ФЗ);
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации (с изм. и доп.);
3. Указ Президента РФ от 07.05.2024 N 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу распоряжения Правительства Российской Федерации от 04.09.2024 № 1726-р» (с изм. и доп., далее - концепция);
5. Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 г. № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (в редакции от 26 декабря 2024 года и последующих);
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» от 04.09.2019 № 467 (с изм. и доп.
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – приказ № 629);
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685.21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» // Статья VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (Требования к организации образовательного процесса, таблица 6.6);
9. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 23.01.2026 г. №АБ-254/06 «О направлении информации» (Методические рекомендации по разработке дополнительных общеразвивающих программ, в том числе в части интеграции с учебными предметами «Труд (технология)», «Музыка», «Изобразительное искусство», «Физическая культура» (письмо Министерства просвещения Российской Федерации, во исполнение пункта 1 раздела 1 Плана мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (II этап, 2025-2030 годы) (далее – методические рекомендации во исполнение Концепции до 2030 г.);
10. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. №АБ-3935/06 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования.

для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны»);

11. Приказы, постановления МО; 5 22. Устав МБОУ гимназия №5 г. Конаково и локальные нормативные акты учреждения с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся на занятиях (технической, естественнонаучной, физкультурно- спортивной, художественной, туристско-краеведческой, социально-гуманитарной) направленности) и специфики работы учреждения.

Пояснительная записка

Главной целью развития отечественной системы школьного образования является формирование личности, готовой к активной, творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры. Успешное развитие российского общества в значительной степени будет зависеть от деятельности и поведения нового поколения людей, их нравственности. Физическое воспитание является одной из составляющих культуры общества, которая интегрируется с основной целью политики государства в области физической культуры – приобщение большего числа населения к регулярным занятиям физической культурой и спортом, оздоровление нации, формирование здорового образа жизни.

Образовательная организация является первичным активным звеном, решающим поставленные государственные задачи, формирующим здоровую социальную и гражданскую позицию среди подрастающего поколения, мотивированную на успех, высокие достижения в учебе и спорте, подготовке к трудовой деятельности и защите родного отечества. Подрастающее поколение должно быть готово к чрезвычайным ситуациям, к активным действиям в них, ведь профессиональная помощь не всегда может прибыть вовремя, а каждая выигранная секунда зачастую означает спасенную жизнь. Развитие технического прогресса и современная ситуация в стране обуславливает большое многообразие навыков которыми должен обладать спасатель и предусматривает его всестороннюю развитость. Программа раскрывает основные из этих требований, при этом уделяя внимание дальнейшему саморазвитию каждого из обучаемых. Программа направлена на сохранение и укрепления здоровья, расширение двигательного опыта обучающихся, развитие и закрепление интереса к самостоятельным формам занятий спортивными играми. Программа может реализовываться в рамках внеурочной деятельности и в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности общеобразовательных организаций.

Актуальность (соответствие государственной политике в области дополнительного образования, социальному заказу общества и ориентирование на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей). Актуальность – это констатация проблем в развитии и воспитании детей (потребность в общении, укрепление здоровья и т.д.). Отражение условий для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности в настоящий момент, соответствие современным запросам.

Наиболее острые проблемы дополнительного образования:

- повышение занятости детей в свободное время;
- организация полноценного досуга;
- развитие определенных качеств личности;
- поддержка и развитие талантов;
- адаптация в обществе детей с определенными особенностями;
- физическое развитие и оздоровление детей;
- профессиональная ориентация и т.п.

Отличительные особенности

Программа предусматривает формирование устойчивых знаний, умений в области безопасности, направлена на подготовку обучающихся к участию в соревнованиях, мотивирует на дальнейшие занятия спортивным туризмом, пожарно-спасательным спортом. В

процессе занятий развиваются двигательные (физические) способности: скоростные, скоростно-силовые, выносливость и др., а также всевозможные сочетания двигательных способностей (силовая и скоростная выносливость, «взрывная сила», «координационная выносливость» и т.д.). Одновременно оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов занимающегося (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.); на воспитание нравственных и волевых качеств, что создается, главным образом, необходимостью соблюдения правил и условий упражнений; на согласование индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников. Поскольку участнику приходится самостоятельно быстро и своевременно принимать решения и осуществлять двигательные действия, спортивный туризм и пожарно-спасательный спорт содействует воспитанию волевых качеств инициативности и самостоятельности.

Цель программы: формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи программы:

Обучающие:

- сформировать знания по истории развития спортивного туризма, пожарно-спасательного спорта в стране, регионе, правил вида;
- сформировать знания в области физической культуры и спорта;
- научить основам обеспечения безопасности во время занятий спортом, правилам поведения во время участия в соревнованиях в качестве зрителя;
- обучить правилам личной гигиены при занятиях спортом;
- обучить навыкам в области безопасности;
- обучить элементам техники и навыкам спортивного туризма и пожарно-спасательного спорта;

Развивающие:

- развить физические качества - силу, ловкость, быстроту, выносливость, гибкость;
- развить способность управлять своими эмоциями;
- развить коммуникативные качества;
- развить волевые качества;
- развить стойкое желание и мотивацию к регулярным занятиям спортом;

Воспитательные:

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению; взаимного уважения; бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Цель воспитательной деятельности конкретной дополнительной общеразвивающей программы определяется и соответствует направленности, профилю программы соответствующей направленности программы и приоритетным направлением деятельности учреждения

- привить чувство коллективизма, товарищества, толерантности и взаимопомощи;
- привить чувство патриотизма к своей стране через занятия спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни и профилактику распространения вредных привычек;
- способствовать профилактике асоциального поведения;
- воспитать стремление к победе, достижению общей цели.

Характеристика программы.

Направленность: дополнительной образовательной программы кружка «Школа безопасности» физкультурно-спортивная. Программа направлена на приобретение теоретических и практических навыков в области безопасности и специальных видов спорта. Укреплению здоровья, правильному физическому развитию детей.

Тип программы: *Базовый (общекультурный) уровень.* Освоение специальных знаний. Уровень предполагает формирование теоретических знаний, практических навыков, раскрытие творческих способностей личности в избранной области деятельности.

Уровень программы, объем и сроки ее реализации.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Объем и срок освоения программ: 1 час в неделю, 34 часа за год.

Адресат программы: – от 11 до 15 лет.

Форма обучения: очная.

Год обучения: один год обучения.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1 часу в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил соревнований.

Вид учебной группы – постоянство учебной группы обязательно, т. к. новый материал базируется на предыдущем, и навыки накапливаются с каждым занятием. Форма занятий соответствует современным образовательным тренировкам, в которых отражён принцип индивидуального и группового обучения в пределах одной группы. Планируются следующие формы занятий: беседа, рассказ, теоретические и практические занятия, соревнования

Наполняемость группы: 15-20 человек, 2 группы. При наборе принимаются все желающие. Состав коллектива постоянный. Зачисление учащихся в объединение производится по заявлению родителей (законных представителей) в соответствии с локальным актом (положением о приеме, переводе, отчислении и восстановлении учащихся) при отсутствии медицинских противопоказаний по состоянию здоровья.

Программа предусматривает возможность обучения детей с **особыми образовательными потребностями:** имеющих мотивацию к предметной области программы, талантливых, одаренных, детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья; детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Основанием для отчисления являются длительная непосещаемость занятий, смена места жительства.

Планируемые результаты усвоения

Личностными результатами являются:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметными результатами являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия

опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
- формирование духовно-нравственных качеств учащихся для снижения опасности быть вовлеченным в экстремистскую и террористическую деятельность.

Предметные результаты:

Обучающиеся научиться понимать/знать:

- основные понятия здоровья и факторов, влияющих на него;
- иметь представление о существующих опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера в современных условиях жизнедеятельности;
- элементарные правила поведения дома, в школе, на улице, в транспорте, на проезжей части, в лесу, на водоёмах;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- использовать приобретенный в школе опыт деятельности в реальной и повседневной жизни для:
- ведения здорового образа жизни;
- действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- пользования бытовыми приборами;
- использования по назначению лекарственных препаратов;
- пользования бытовыми приборами;
- соблюдения общих правил безопасного дорожного движения;
- соблюдение мер пожарной безопасности дома и на природе;
- соблюдения мер безопасного поведения на водоёмах в любое время года;
- оказание первой медицинской помощи в неотложных состояниях;
- вызова (обращения) за помощью в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи.

Содержание курса внеурочной деятельности « Школа безопасности»

Структурно программа состоит из шести разделов:

1. Опасные ситуации природного характера.

Погода и её основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололёд, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений. Водоёмы в черте города. Состояние водоёмов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоёмах в различное время года.

2. Опасные ситуации техногенного характера.

«Основные правила пожарной безопасности». Пожар в жилище и причины 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 бытовыми приборами, бытовым газом, средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

3. Опасные ситуации социального характера.

«Правила безопасного поведения в школе и дома» Криминальные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминальной ситуации. Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминальных 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 опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и зоны повышенной опасности). Умение соблюдать правила безопасности в общественных местах, в толпе, в школе.

4. Дорожно-транспортная безопасность.

Дорога и участники дорожного движения Азбука дорожной безопасности. История колеса и дорог. История появления автомобиля. Краткая характеристика видов современного транспорта. Городская дорога, улица, загородная дорога, автомагистраль. Участники дорожного движения. Правила поведения участников дорожного движения. ПДД. Общие положения. Некоторые термины. Основные правила безопасного поведения при пользовании транспортными средствами. Дорожные знаки. ДТП. Причины их возникновения и возможные последствия.

5. Подготовка к активному отдыху на природе.

Природа и человек. Общение с живой природой – естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему. Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего места нахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту.

6. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

Первая помощь при травмах. Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении. Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом. Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос. Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек.

Тематический план

№ раздела	Тема	Количество часов
1	Опасные ситуации природного характера.	3
2	Опасные ситуации техногенного характера.	8
3	Опасные ситуации социального характера.	8
4	Дорожно-транспортная безопасность.	8
5	Подготовка к активному отдыху на природе.	2

6	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.	5
	Итого	34

**Календарно – тематическое планирование
(34 часа)**

№ занятия	Тема	Дата по плану	Дата по факту
Раздел 1. Опасные ситуации природного характера.			
1	Погода и её основные показатели.		
2	Опасные природные явления (гроза, гололёд, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений.		
3	Водоёмы и меры безопасного поведения на водоёмах в различное время года.		
Раздел 2. Опасные ситуации техногенного характера.			
4	Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни.		
5	Общие правила безопасного поведения в быту.		
6	Безопасное обращение с бытовыми приборами, бытовым газом, средствами бытовой химии.		
7	Пожар в жилище и причины его возникновения.		
8	Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище.		
9	Личная безопасность при пожаре.		
10	Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером.		
11	Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.		
Раздел 3. Опасные ситуации социального характера			
12	Правила безопасного поведения в школе и дома» Криминальные ситуации.		
13	Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминальной ситуации.		
14	Общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминальных ситуаций.		
15	Безопасность у телефона. Воры в квартире.		
16	Нападение в подъезде дома. Нападение в лифте.		
17	Безопасность на улице.		
18	Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения, знание расположения безопасных (отделение милиции, посты ГИБДД и зоны повышенной опасности).		
19	Умение соблюдать правила безопасности в общественных местах, в толпе, в школе.		
Раздел 4. Дорожно-транспортная безопасность			
20	Дорога и участники дорожного движения Азбука дорожной безопасности.		
21	История появления автомобиля. История колеса и дорог.		
22	Краткая характеристика видов современного транспорта.		
23	Городская дорога, улица, загородная дорога, автомагистраль.		
24	Дорожные знаки.		
25	Участники дорожного движения. Правила поведения участников дорожного движения.		

26	Основные правила безопасного поведения при пользовании транспортными средствами.		
27	ДТП. Причины их возникновения и возможные последствия.		
Раздел 5. Подготовка к активному отдыху на природе			
28	Животные вокруг нас. В лес по грибы и ягоды.		
29	Если заблудился в лесу. Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта.		
Раздел 6. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.			
30	Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении.		
31	Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом.		
32	Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос. Первая помощь при травмах.		
33	Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек.		
34	Итоговое занятие		

Литература:

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-8 классы. Школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками / авт.-сост. Г.П. Попова. – Волгоград: Учитель, 2005.
2. Анастасова Л. П. Основы безопасности жизнедеятельности.: учеб. Для общеобразоват. Учреждений/ Л. П. Анастасова, П. В. Ижевский, Н. В. Иванова. – 2е изд. – М. : Просвещение, 2010. – 55с. : ил.
3. Усачёв А. А., Березин А. И. Школа безопасности: Учебник для начальной школы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». 3-е изд. М.: АСТ, 1999.
4. Цвиллюк Г. Е. Азы безопасности: Книга для детей и родителей. М.: Просвещение, 1994.
5. Якупов А. М. Безопасность на улицах и дорогах.: Методическое пособие для учителя. М.: АСТ-ЛТД, 1997.
6. Коваленко В.И. "Игровой модульный курс по ПДД, или школьник вышел на улицу"- М: ВАКО, 2008.
7. Пожарная безопасность в начальной школе: конспекты занятий и классных часов/сост.: О.В.Павлова, Г.П.Попова, Г.Н.Шевченко.-Волгоград: Учитель, 2006