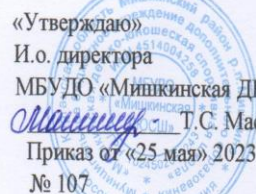


Муниципальный отдел управления образованием Администрации Мишкинского района
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Мишкинская детско – юношеская спортивная школа»

«Согласовано»
на заседании
педагогического совета
от «25» мая 2023 г.
Протокол № 4.

«Утверждаю»
И.о. директора
МБУДО «Мишкинская ДЮСШ»
Маслова Т.С. Маслова
Приказ от «25 мая» 2023 г.
№ 107



**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)
программа социально-гуманитарной направленности**

«Моя безопасность»

Возраст обучающихся: 7 – 14 лет

Срок реализации: 1 год

Автор – составитель: Варлакова Наталья Михайловна,
педагог дополнительного образования

р.п. Мишкино, 2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

| | |
|--------------------------------------------------------------------------|----------|
| 1.1. Пояснительная записка..... | с.3 |
| • Направленность программы..... | с.3 |
| • Актуальность..... | с.3 |
| • Отличительные особенности..... | с.3 |
| • Адресат программы..... | с.3 |
| • Срок реализации (освоения программы)..... | с.3 |
| • Формы обучения, особенности организации образовательного процесса..... | с.4 |
| • Уровень сложности содержания программы..... | с.4 |
| 1.2. Цель и задачи программы. Планируемые результаты..... | с.4 - 7 |
| 1.3. Рабочая программа | |
| • Учебный план..... | с. 7 |
| • Содержание программы обучения..... | с. 8-13 |
| • Тематическое планирование..... | с. 13-16 |

Раздел 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

| | |
|--------------------------------------------|----------|
| • Календарный учебный график..... | с.17 |
| • Формы аттестации/контроля..... | с.17 |
| • Материально-техническое обеспечение..... | с.17 |
| • Информационное обеспечение..... | с. 17 |
| • Кадровое обеспечение..... | с.17 |
| • Методические материалы..... | с.18 |
| • Оценочные материалы..... | с. 19-20 |
| • Список литературы..... | с.19-20 |
| • Приложение..... | с.21-40 |

1.Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы: социально-гуманитарная.

Актуальность программы обусловлена тем, что происходит сближение содержания программы с требованиями жизни.

В настоящее время возникает необходимость в новых подходах к преподаванию безопасности жизнедеятельности ребёнка, способных решать современные задачи в целях своей безопасности.

В системе воспитания подрастающего поколения особая роль принадлежит познанию себя и познанию окружающего мира. Умение видеть и понимать опасность, которая исходит извне и от себя самого, способствует воспитанию чувства самосохранения, развитию возможности защититься самому и оказать помощь другим, воспитывает целеустремленность, усидчивость, чувство взаимопомощи, дает возможность творческой самореализации личности.

Занятия являются эффективным средством приобщения детей к методам личной безопасности. Они направлены на формирование у детей сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих, усвоение ими знаний и умений распознавать и оценивать опасные ситуации, определять способы защиты от них и оказывать само- и взаимопомощь.

Программа ориентирована на формирование навыков детей по обеспечению личной безопасности, осознание ребенком своих потребностей, возможностей и способностей, способствует развитию личностных качеств, а также приобретению детьми определенного навыка безопасного поведения. Программа направлена на:

- создание условий для развития ребенка;
- обеспечение эмоционального благополучия ребенка;
- приобщение детей к общечеловеческим ценностям;
- профилактику асоциального поведения;
- создание условий для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка,
- укрепление психического и физического здоровья;
- взаимодействие педагога дополнительного образования с семьей.

Отличительные особенности

Программа предусматривает работу в трех направлениях:

Обучение теоретическим знаниям (беседы, тренинги, викторины, опросы, обсуждения, просмотры обучающих фильмов) и самостоятельная работа (рассматривание иллюстраций, решение ситуативных задач).

Развитие практических навыков и применение их в реальной жизни (сюжетные игры, игры – драматизации, просмотр видеофильмов, компьютерных презентаций, просмотр мультфильмов, экскурсии, акции).

Творческая деятельность.

Программа охватывает всю структуру воспитательно–образовательной деятельности, включает в себя работу с детьми от 7 до 14 лет и сотрудничество с работниками ГИБДД, Пожарной части, МЧС и других организациями.

Адресат программы

Программа рассчитана для работы с обучающимися 1-7 классов в возрасте от 7 до 14 лет.

Срок реализации (освоения) программы - 1 год

Объем программы - 36 часов

Формы обучения, особенности организации образовательного процесса

Формы обучения: фронтальные, коллективные, групповые, малой группой, парные, индивидуальные.

Особенности организации образовательного процесса: очная,
численный состав группы: 10-15 детей,
режим занятий: 1 час в неделю по 40 минут

Уровни сложности содержания программы

Стартовый (ознакомительный) - 1 год

1.2. Цели и задачи программы. Планируемые результаты

Цель программы: Формирование у детей умения оценивать ситуации с точки зрения «опасно - неопасно», принимать решение и соответственно реагировать.

Задачи программы:

Образовательные:

Дать понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях, основах безопасного поведения при их возникновении, основах здорового образа жизни, культуры общения и поведения в социуме.

Сформировать способность обучающихся правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера.

Научить правилам поведения дома, в школе, на улице, транспорте, на проезжей части, в лесу, на водоёмах; правила поведения в Интернете, социальных сетях.

Развивающие:

Развивать качества личности, необходимых для обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях. формировать следующие умения: оценивать жизненные ситуации (поступки, явления, события), объяснять своё отношение к поступкам с позиции общечеловеческих нравственных ценностей; в предложенных ситуациях, опираясь на знания, делать выбор, как поступить; осознавать ответственное отношение к собственному здоровью, к личной безопасности и безопасности окружающих.

Развивать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки. Развивать интерес к проектной деятельности, мотивировать к творческому труду, работе на результат.

Воспитательные:

Воспитывать чувство ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни.

Воспитать у ребенка навыки адекватного поведения в различных неожиданных ситуациях.

Воспитывать умение работать в команде, уважительное отношение к товарищам, эмоционально-нравственную отзывчивость, понимания и сопереживания чувствам других людей.

Способствовать развитию коллективного сотрудничества для достижения цели.

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты:

Ученик научится:

- пониманию необходимости вести здоровый образ жизни;
- развивать личностные качества, которые обеспечивают его собственную безопасность в различных жизненных ситуациях;

• социальной компетентности как готовности к решению моральных дилемм, устойчивому следованию в поведении социальным нормам.

Ученик получит возможность для формирования:

- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации и интереса к учению;
- начальных навыков адаптации в динамично изменяющемся мире;
- готовности к самообразованию и самовоспитанию;
- адекватной позитивной самооценки;
- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;
- готовности осознанного понимания и сопереживания чувствам других, выражающейся в поступках, направленных на помощь.

Предметные результаты:

Ученик научится понимать:

- варианты и причины возникновения экстремальных ситуаций;
- физиологические резервы человеческого организма;
- способы преодоления экстремальных ситуаций;
- правила оказания доврачебной помощи;
- способы выживания в чрезвычайных ситуациях и автономном существовании;
- варианты и причины возникновения экстремальных ситуаций;
- физиологические резервы человеческого организма;
- способы преодоления экстремальных ситуаций;
- правила оказания доврачебной помощи;
- природные лекарственные средства;
- приемы самозащиты;
- методики проведения исследований по темам;
- основные экологические понятия и термины; уметь:
 - определять стороны света;
 - ориентироваться на местности;
 - преодолевать препятствия;
 - добывать огонь;
 - действовать при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного и социального характера;
 - производить правильную укладку рюкзака;
 - выполнять специальные комплексы физических упражнений;
 - использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для сохранения жизни и здоровья своей и окружающих.
 - использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для сохранения жизни и здоровья своей и окружающих;
 - выделять, описывать и объяснять существенные признаки объектов и явлений;
 - проводить наблюдения в природе за отдельными объектами, процессами и явлениями; оценивать способы природопользования;
 - проводить элементарные исследования в природе; анализировать результаты исследования, делать выводы и прогнозы на основе исследования;
 - работать с различными источниками информации;
 - оформлять исследовательскую работу, составлять презентацию, представлять

результаты своей работы;

- применять коммуникативные навыки.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

Ученик научится:

- ориентироваться в различных жизненных ситуациях и применять знания, умения и навыки в практической деятельности;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной целью;
- контролировать свою деятельность по ходу или результатам выполненного задания;
- формулировать и удерживать учебную задачу,
- преобразовывать практическую задачу в познавательную,
- применять установленные правила в планировании способа решения;
- выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- составлять план и последовательность действий;
- выполнять учебные действия в материализованной, гипермедийной, громкоречевой и умственной формах;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность своего решения в любой ситуации.

Ученик получит возможность научиться:

- самостоятельно ставить новые учебные цели и задачи;
- построению жизненных планов во временной перспективе;
- при планировании достижения целей самостоятельно, полно и адекватно учитывать условия и средства их достижения;
- выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать наиболее эффективный способ;
- основам саморегуляции в учебной и познавательной деятельности в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, направленной на достижение поставленных целей;
- осуществлять познавательную рефлексию в отношении действий по решению учебных и познавательных задач;
- адекватно оценивать объективную трудность как меру фактического или предполагаемого расхода ресурсов на решение задачи;
- адекватно оценивать свои возможности достижения цели определенной сложности в различных сферах самостоятельной деятельности. Познавательные УУД:

Ученик научится:

- использовать общие приёмы решения задач;
- выбирать наиболее эффективные способы решения задач;
- контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;
- ставить и формулировать проблемы;
- самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера;

- узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов;
- соблюдать основные правила поведения в природе;
- наблюдать, делать выводы;
- задавать вопросы, уточняя непонятное. Ученик получит возможность научиться:
- ставить проблему, аргументировать ее актуальность;
- самостоятельно проводить исследование на основе применения методов наблюдения и эксперимента;
- выдвигать гипотезы о связях и закономерностях событий, процессов, объектов;
- делать умозаключения (индуктивное и по аналогии) и выводы на основе аргумента

Коммуникативные УУД:

Ученик научится:

- ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество сотрудничать с одноклассниками при выполнении заданий;
- выполнять требования и условия ролевых игр;
- учиться договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и отстаивать свою позицию;
- осуществлять взаимопомощь. Ученик получит возможность научиться:
- учитывать позиции других людей, отличные от собственной позиции;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство);
- оказывать поддержку и содействие тем, от кого зависит достижение цели в совместной деятельности;
- в процессе коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- в совместной деятельности четко формулировать цели группы и позволять ее участникам проявлять инициативу для достижения этих целей.

1.3. Рабочая программа

Учебный план.

| № п/п | Наименование раздела программы | Количество часов | | | Формы промежуточной аттестации |
|-------|--------------------------------|------------------|-----------|-----------|---------------------------------------------------|
| | | всего | теория | практика | |
| 1 | Что такое безопасность? | 1 | 1 | | Опрос Анкетирование |
| 2 | Дорожная безопасность | 5 | 2 | 3 | Изготовление книжки «Правила поведения на дороге» |
| 3 | Безопасность в быту. | 5 | 2 | 3 | Выпуск буклетов |
| 4 | Безопасность здоровья | 5 | 1 | 4 | Выпуск буклетов |
| 5 | Безопасность в природе | 6 | 3 | 3 | Акция |
| 6 | Безопасность в Интернете | 4 | 2 | 2 | Выпуск памятки |
| 7 | Социальная безопасность | 5 | 2 | 3 | Выпуск буклетов |
| 8 | Терроризм | 5 | 2 | 3 | Выпуск памятки |
| | Итого | 36 | 15 | 21 | |

Содержание программы обучения

Раздел 1. «Что такое безопасность» Количество часов: 1, теория -1, практика – 0.

Тема 1. Вводное занятие Что такое безопасность. Беседа по ТБ? (1 час)

Теория (1час). Ознакомить с понятиями «Опасность», «безопасность»; учить предвидеть опасность, находить опасные предметы, учить правила безопасного поведения.

Оборудование: компьютер, презентация к теме, анкеты

Раздел 2. «Дорожная безопасность». Количество часов: 5, теория -2, практика – 3.

Тема 1. Как устроена дорога. Участники дорожного движения (1 час)

Теория(0,5 часа): Зачем нужно знать правила дорожного движения пешеходу и водителю. Участники дорожного движения

Оборудование: Компьютер, видеофайл с мультфильмом, видеопроектор, листы для рисования, цветные карандаши.

Практика (0,5 часа) Экскурсия «Дорога в школу. Участники движения»

Творческая работа «Улицы моего села»

Тема 2. Мы пешеходы. Движение пешеходов в непогоду и темноте. (1 час)

Теория (0,5часа): Изучить правила движения пешеходов по дороге и новые для детей правила перехода улицы.

Оборудование: плакаты и иллюстрации к теме, атрибуты к игре «Собери дорожный знак»

Практика (0,5часа): дидактическая игра «Это я, это все мои друзья», творческая работа «Дорожные знаки».

Тема 3. Берегись автомобиля. Виды транспорта. (1час)

Теория (0,5часа): Беседа о транспорте, что бывает наземный, водный, воздушный, общественный, легковой, грузовой, специальный. Беседа о видах и их назначении. Рассказ о правилах безопасности при перевозке людей разными видами транспорта

Оборудование: компьютер, видеопроектор, файл с мультфильмом

Практика(0,5часа): практическое занятие –игра «Берегись автомобиля»

Тема 4. Мы пассажиры (1час)

Практика (1 час): Игра «Какой ты пассажир?»

Оборудование: карточки для игры

Тема 5. Безопасность на железной дороге(1час)

Теория (0,5часа): Осознание учащимися жизненной необходимости соблюдения правил безопасного поведения на железной дороге.

Оборудование: компьютер, презентация к теме, видеопроектор, бумага карандаши цветные, цветная бумага, клей

Практика(0,5часа): Изготовление книжки-самоделки «Правила поведения на железной дороге»

Раздел 3. «Безопасность в быту». Количество часов: 5, теория -2 , практика – 3.

Тема 1. Огонь друг или враг. Если пожар случился дома (1 час)

Теория(0,5 часа): Ознакомление детей с пользой или вредом, который может принести человеку огонь; привитие навыков осторожного обращения с огнём; соблюдения правил пожарной безопасности.

Оборудование: компьютер, презентация к теме, медиапроектор, буклеты плакаты к теме

Практика (0,5 часа): Практическое занятие Сюжетно ролевая игра «Телефон спасения», Конкурс знатоков правил пожарной безопасности.

Тема 2. Как обращаться с электроприборами. Техника безопасности при использовании электроприборами(1 час)

Теория (0,5 часа): познакомить детей с правилами безопасного поведения в квартире, правилами пользования электрическими приборами.

Оборудование: компьютер, видеофильм, инструкция, буклет к теме оборудование к сюжетно-ролевой игре

Практика (0,5 часа): сюжетно-ролевая игра «Телефон спасения», викторина. «В мире электроприборов»

Тема 3. Плотнее кран закрой – осторожен будь с водой. (1 час)

Теория(0,5 часа): Учить бережно относиться к воде и экономить её. Познакомить с соблюдением осторожного пользования водой в доме.

Оборудование: плакаты к теме, буклеты, кроссворд

Практика (0,5 часа): сценка, отгадывание загадок

Тема 4. Запомните детки-таблетки не конфетки. (1 час)

Теория (0,5 часа): Формировать у детей привычку не пользоваться лекарствами и витаминами без разрешения взрослых, формировать сознательное, ответственное и бережное отношение к своей безопасности; уточнить представления детей о лекарственных средствах, объяснить опасность, которая может от них исходить.

Оборудование: компьютер, медиапроектор, видеофильм, карточки с вопросами викторины, медицинский чемоданчик с набором лекарств и витаминов

Практика (0,5 часа): Игра «собери пословицу»

Тема 5. Один дома. (1 час)

Теория (0 часов): Активизировать внимание детей на возможности реальной опасности пребывания дома без родителей.

Оборудование: компьютер, презентация

Практика (1 час): Игра–ситуация: Звонят в дверь»

Раздел 4 «Безопасность здоровья». Количество часов: 5, теория -1, практика -4.

Тема 1. Почему мы болеем. Прививки от болезней. (1 час)

Теория (0,5 часа): знакомство учащихся с правилами сохранения здоровья на основе их информирования о проявлениях (симптомах) разных болезней,

сформировать правила поведения во время болезни, приемах и способах предупреждения и лечения некоторых заболеваний,

Оборудование: карточки к теме, буклет, оборудование и карточки для игры аптечка

Практика (0,5 часа): викторина «Что я знаю о себе?»

Тема 2. Как уберечься от порезов, ушибов, переломов(2 часа)

Теория(0,5 часа): Познакомить детей с различными видами травматизма и мерами их предупреждения, с приемами оказания первой медицинской помощи при травмах; воспитывать аккуратность, внимательность, умение предвидеть опасность, ответственное отношение к личной безопасности и безопасности окружающих.

Оборудование: компьютер, презентация, аптечка

Практика(1,5 часа): практическое занятие оказание первой доврачебной помощи

Тема 3. Уход за руками и ногами. Забота о коже. Уход за зубами(1 час)

Теория (0 часов): Сформировать представление о том, как можно сохранить и укрепить свое здоровье, соблюдая личную гигиену. Ознакомить с различными формами гигиенических процедур. Раскрыть понятие «личная гигиена»

Оборудование: компьютер, иллюстрации к теме, средства гигиены

Практика (1 час): практическое занятие (уход за руками), Практическое задание «Вредные советы»

Тема 4. Спорт в жизни людей. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и физические качества(1 час)

Практика (1 час): командные спортивные соревнования, эстафеты «Веселые эстафеты»

Оборудование: спортивное оборудование для эстафет (мячи, обручи и т.д.)

Раздел 5. «Безопасность в природе». Количество часов: 6, теория-3 , практика - 3.

Тема 1. Правила поведения на водоёмах. Правила поведения в лесу (1 час)

Теория (0,5 часа): формировать у детей представление о правилах безопасного поведения на воде в теплое время года, раскрыть причины несчастных случаев на воде, дать представление о действиях в случае опасности, воспитывать осторожность и аккуратность в поведении на воде, усвоить ряд правил безопасного поведения в лесу; воспитывать чувство любви к природе и бережное отношение к окружающему миру.

Оборудование: иллюстрации к теме, бумага, фломастеры, фотоаппарат, карточки, художественные произведения, карточки для игры, загадки, таблицы для игры.

Практика (0,5 часа): игра «Аукцион знаний», практические занятия «Собираемся в поход», викторина «Лесной светофор»

Тема 2. Опасные растения (1час)

Теория (0,5 часа): обобщение знаний о растениях, как лекарственных, так и ядовитых, вспомнить о лекарственных растениях, об их значении в жизни человека и животных; углубить знания об ядовитых растениях.

Оборудование: компьютер, презентация к теме, медиапроектор, карточки для работы по группам, аксессуары к практическому занятию (рюкзак, компас и т.д)

Практика (0,5 часа): коллективная работа «альбом» «Лекарственные и опасные растения», викторина «Мои зеленые друзья»

Тема 3. Опасные грибы (1час)

Теория (0,5 часа): Рассмотреть на конкретных примерах ядовитые растения, грибы, ягоды, их токсическое действие на организм человека.

Показать первую доврачебную помощь и убедить в правильности слов: "Сомневаешься - не бери"

Оборудование: картинки и плакаты к теме, загадки, кроссворд

Практика (0,5 часа): игра «Собери пазл»

Тема 4. Опасные насекомые (1час)

Теория (0,5 часа): Закрепить знания детей об опасных для жизни и здоровья насекомых, с которыми они встречаются в природе. Дать знания о правилах поведения при встрече с разными насекомыми.

иллюстрации, загадки, художественная литература к теме

Практика (0,5 часа): игра «Осторожно я кусаюсь»

Оборудование: буклет, консультация для детей и родителей

Тема 5. Опасный лёд (1час)

Теория (0,5 часа): Предупреждение несчастных случаев и безопасного поведения детей на водных объектах в зимний период. Знать правила, которые надо соблюдать. Познакомить обучающихся с правилами безопасного поведения при гололеде, дать знания о том, что сосульки могут быть опасны для человека; учить уберечься от сосулек в конце зимы- начале весны, подчиняться правилам безопасности, уметь предвидеть опасность.

Оборудование: компьютер, презентация, ватман, карандаши, фломастеры

Практика(0,5 часа): коллективная работа стенгазета «Правила поведения на водоемах зимой», игра «Сосулька»

Тема 7. Экологическая безопасность. (1 час)

Теория (0,5 часа): Формирование экологических знаний, активной, гуманной позиции по отношению к природе, повышение экологической культуры у учащихся

Оборудование: презентация, плакаты к теме, бумага, фломастеры, карандаши, фотоаппарат

Практика (0,5 часа): экологический квест «Эко –ассорти», ребусы

Раздел 6. «Безопасность в Интернете» Количество часов: 4, теория -2 , практика - 2.

Тема 1. Правила безопасного поведения в интернете. Мошенничество в сети интернет. (1 час)

Теория (0,5 часа): обратить внимание и уберечь детей от интернет- зависимости. познакомиться: с правилами ответственного и безопасного поведения в современной информационной среде.

Оборудование: компьютер, видеоролик, бумага, иллюстрации, канцелярские принадлежности

Практика (0,5 часа): Квест «Безопасный интернет»

Оборудование: компьютер, медиапроектор, видеоролик к теме, аксессуары к квесту

Тема 2. Какие опасности ждут школьника в сети Интернет. Опасности в Интернете - компьютерные вирусы (1 час)

Теория (0,5 часа): Информирование учащихся о видах информации, способной причинить вред здоровью и развитию школьников, а также о негативных последствиях распространения такой информации;

обучение детей правилам ответственного и безопасного пользования услугами Интернет, профилактика формирования у учащихся Интернет-зависимости и игровой зависимости.

Оборудование: иллюстрации к теме, плакаты, загадки

Практика (0,5 часа): интерактивная викторина "Что я знаю о безопасной работе в Интернете", выпуск памяток для школьников «Безопасный интернет»

Тема 3. Компьютер и компьютерные игры (1 час)

Теория (0,5 часа): создание условий для формирования правильного отношения к проблеме всеобщей увлеченности компьютерными играми.

Оборудование: компьютер, презентация, бумага, фотоаппарат, канцелярские принадлежности

Практика (0,5 часа): совместная работа над презентацией «Компьютер и компьютерные игры»

Тема 4. Компьютер и здоровье (1 час)

Теория (0,5 часа): Дать представление о влиянии компьютера на здоровье человека; развивать умения видеть положительные и негативные стороны в работе с компьютером; научить понимать необходимость соблюдения правил при пользовании компьютером.

Оборудование: компьютер, презентация, бумага, канцелярские принадлежности, фотоаппарат

Практика (0,5 часа): выпуск буклета для школьников «Путешествие в страну Безопасный интернет»

Раздел 7. «Социальная безопасность» Количество часов: 5, теория - 2 , практика – 3.

Тема 1. О вреде наркотиков. Шаг в пропасть (наркотики) (1 час)

Теория (0,5 часа): Дать учащимся информацию об отрицательном действии, негативных последствиях злоупотребления наркотическими и психотропными веществами; развивать навыки, позволяющие учащимся отказаться от употребления наркотиков и сопротивляться негативным явлениям в обществе.

Оборудование: иллюстрации, статьи, видеоролик, бумага, канцелярские принадлежности

Практика (0,5 часа): выпуск листовок «Нет наркотикам»,

Тема 2. Что такое психоактивное вещество. Профилактика употребления СПАЙСА. (1 час)

Теория (0,5 часа): Воспитание нравственных качеств, стремление к здоровому образу жизни, ответственности за свою жизнь и здоровье

Оборудование: компьютер, презентация, бумага, карандаши, фломастеры

Практика (0,5 часа): конкурс рисунков «Мы против наркотиков»

Тема 3. Ты и алкоголь. Пивной алкоголизм (1 час)

Теория (0,5 часа): формирование устойчивого негативного отношения к алкоголю, расширение представлений учащихся о последствиях алкоголизма, воспитание здорового образа жизни.

Оборудование: компьютер, медиапроектор, видеоролик

Практика (0,5 часа): выпуск плаката «Жизнь без алкоголя»

Тема 4. Профилактика табакокурения (1 час)

Теория (0,5 часа): Дать знания о вреде, который наносит здоровью никотин. Развивать самосознание, ответственное отношение к своему здоровью. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни, беречь своё здоровье.

Оборудование: статьи, иллюстрации к теме.

Практика (0,5 часа): Акция «Меняю сигарету на конфету», Игра – викторина «Вы рискуете...»

Тема 5. Мы за здоровый образ жизни (1 час).

Теория (0 часов): формирование убеждения о здоровом образе жизни

Оборудование: спортивный инвентарь для соревнований (скакалки, мячи и т.д.)

Практика (1 часа): спортивные эстафеты, проект «Мы за здоровый образ жизни», Акция «Мы за здоровый образ жизни»-выпуск стенгазеты

Раздел 8. «Терроризм» Количество часов: 5, теория - 2 , практика - 3.

Тема 1. Терроризм (2 часа)

Теория (0,5 часа): Показать обучающимся на примерах событий в мире, что такое терроризм, каковы его последствия, какие возможные способы защиты от него

существуют; объяснить сущность терроризма; изучить правила поведения при теракте. Формировать общественное сознание и гражданскую позицию подрастающего поколения.

Оборудование: компьютер, презентация

Практика (1,5 часа): рисунки к теме «Мы против терроризма»

Тема 2. Правила поведения с незнакомцами. (1 час)

Теория(0,5часа): Предупредить возможные негативные ситуации для ребенка, если он находится один в доме или на улице, содействовать формированию у детей навыков правильного поведения при встрече с незнакомыми людьми.

Оборудование: карточки для работы в группах, бумага, карандаши цветные

Практика (0,5часа): Рисуем фоторобот опасного человека, Инсценировка стихотворения М. Тамбовцевой-Широковой «Находчивый Дима». (сценка готовится заранее).

Тема 3. С другом мы идем гулять(1час)

Теория(0,5часа): Формировать представление школьников о безопасности дорожного движения при передвижении по улицам и дорогам.

Оборудование: карандаши, бумага, карта города

Практика (0,5часа): коллективный коллаж «Каждый должен знать, как на улице гулять»

Тема 4. Правила поведения в толпе. (1час)

Теория (0,5 часа): ознакомить учащихся с информационными материалами, объясняющими влияние толпы на человека;

познакомить с разновидностями толпы, воспитывать культуру общения;

негативное отношение к толпе и всему, что отсюда вытекает;

формировать правила поведения в толпе.

Оборудование: компьютер, видеоролик, карточки с вопросами к игре

Практика (0,5 часа): Игра «Хорошо –плохо»

Тематическое планирование

| № п/п | Дата проведения занятия | Кол-во часов | Тема занятия | Форма занятия | Форма текущего контроля / промежуточной аттестации |
|--------------------------------------------|-------------------------|--------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| Раздел 1. «Что такое безопасность?» | | | | | |
| 1 | | 1 | Вводное занятие | Беседа, опрос | |
| Раздел 2. «Дорожная безопасность» | | | | | |
| 2 | | 1 | Как устроена дорога. Участники дорожного движения. | беседа, практическая работа | Блиц – опрос, загадки |
| 3 | | | Мы пешеходы. Движение пешеходов в непогоду и темноте. | анализ ситуаций, игра «Узнай дорожный знак» | |
| 4 | | | Берегись автомобиля. Виды транспорта. | Практическое занятие-игра «Берегись автомобиля» | |
| 5 | | | Мы пассажиры. | Игра «Какой ты пассажир?» | |

| | | | | | |
|-------------------------------------------|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| 6 | | | Безопасность на железной дороге | Видео вопросы «Ты мне – я тебе» | Изготовление книжки «Правила поведения на дороге» |
| Раздел 3. «Безопасность в быту» | | | | | |
| 7 | | | Огонь друг или враг. Если пожар случился дома. | Практическое занятие: Сюжетно ролевая игра «Телефон спасения» | |
| 8 | | | Как обращаться с электроприборами. Техника безопасности при использовании электроприборов | проигрывание ситуации: «Вызов пожарной службы, скорой помощи, полиции». | |
| 9 | | | Поплотнее кран закрой – осторожен будь с водой. | Загадки | |
| 10 | | | Запомните детки-таблетки не конфетки. | Викторина | |
| 11 | | | Один дома | Игра-ситуация «Звонят в дверь». | |
| Раздел 4. «Безопасность здоровья» | | | | | |
| 12 | | | Почему мы болеем. Прививки от болезней | Викторина «Что я знаю о себе» | |
| 13 | | | Как уберечься от порезов, ушибов, переломов | Практические занятия | |
| 14 | | | Практическое занятие оказание первой доврачебной помощи | | |
| 15 | | | Уход за руками и ногами. Забота о коже. Уход за зубами | Обсуждение содержания мультфильма «Кругосветное путешествие за ослепительными улыбками». Практическое упражнение в правильной технике чистки зубов. | |
| 16 | | | Спорт в жизни людей. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и физические качества. | Спортивные эстафеты | выпуск буклета «Твое здоровье – в твоих руках» |
| Раздел 5. «Безопасность в природе» | | | | | |
| 17 | | | Правила поведения на водоёмах. Правила поведения в лесу. | Игра «Аукцион знаний» Выпуск буклетов | |
| 18 | | | Опасные растения | Викторина «Мои зелёные друзья?» | |
| 19 | | | Опасные грибы | Групповые | |

| | | | | | |
|---------------------------------------------|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| | | | | соревнования «Собери пазл» | |
| 20 | | | Опасные насекомые | Проигрывание проблемной ситуации «Осторожно ,я кусаюсь» | |
| 21 | | | Опасный лёд | Анкетирование «Безопасность на водоёме» | |
| 22 | | | Экологическая безопасность. | Ребусы по экологической безопасности | Проведение акции |
| Раздел 6. «Безопасность в Интернете» | | | | | |
| 23 | | | Правила безопасного поведения в интернете. Мошенничество в сети интернет | Игра «Безопасность в интернете» | |
| 24 | | | Какие опасности ждут школьника в сети Интернет. Опасности в Интернете - компьютерные вирусы | Анкета Осторожно, вирус! | |
| 25 | | | Компьютер и компьютерные игры | Тест на знания правил поведения в интернете | |
| 26 | | | Компьютер и здоровье | Конкурс буклетов "Правила поведения в сети Интернет" | выпуск памяток «Безопасный интернет» |
| Раздел 7. «Социальная безопасность» | | | | | |
| 27 | | | О вреде наркотиков. Шаг в пропасть (наркотики) | Выпуск листовок «Нет наркотикам» | |
| 28 | | | Что такое психоактивное вещество. Профилактика употребления СПАЙСА. | Опрос Конкурс рисунков «Скажем наркотикам нет.» | |
| 29 | | | Ты и алкоголь. Пивной алкоголизм | Выпуск плаката «Жизнь без алкоголя» | |
| 30 | | | Профилактика табакокурения | Акция «Меняю сигарету на конфету» | |
| 31 | | | Мы за здоровый образ жизни | Проект «Мы за здоровый образ жизни» | Выпуск буклетов «Я умею выбирать» |
| Раздел 8. «Терроризм» | | | | | |
| 32 | | | Терроризм | Анкета «Что я знаю о терроризме» | |
| 33 | | | Терроризм | | |
| 34 | | | Правила поведения с незнакомцами. | Рисунок на тему «Фото робот опасного человека» | |
| 35 | | | С другом мы идем гулять | Коллаж «Каждый должен знать, как на улице гулять» | |

| | | | | | |
|----|--|--|----------------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------|
| | | | | (коллективная работа) | |
| 36 | | | Правила поведения в толпе. | Обсуждение видеоролика «Правила поведения в толпе» | Круглый стол «Азбука безопасности» |

2. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

| | |
|---------------------------|----------------------------------|
| Количество учебных недель | 36 недель |
| Первое полугодие | с 15.09.2023 г. по 31.12.2023 г. |
| Каникулы | с 01.01 2024 г. по 07.01.2024 г. |
| Второе полугодие | С 08.01.2024 г. по 31.05.2024 г. |
| Промежуточная аттестация | 27.05.2023 |

Формы аттестации/ контроля

Текущий контроль: Тематические игры, выполнение практических работ с использованием дидактического материала.

Промежуточная аттестация: 1 раз в конце учебного года.

Система оценки достижения планируемых результатов состоит из следующих направлений:

- *внешняя оценка* (мероприятия различного уровня - конкурсы, выставки...);
- *внутренняя оценка* (личностные: портфолио; метапредметные: педагогическое наблюдение, анкетирование, участие в мероприятиях, конкурсах, акциях; предметные: анализ результатов тренингов, тестирование).

В конце каждого раздела проводится выставки рисунков, поделок, а также итоговое занятие в виде викторины. Победителям и участникам вручаются грамоты, дипломы. С обучающимися разрабатываются проекты, проводятся тестирования, мастер классы. По результатам работ учащиеся отмечаются грамотами и дипломами.

Материально-техническое обеспечение

1. компьютер
2. спортзал.
3. спортивный инвентарь
4. Ноутбук.
5. Сканер.
6. Принтер.
7. классы школ
8. Экран и мультимедийный проектор.

Информационное обеспечение реализации программы

Обеспечение программы предусматривает наличие следующих методических видов продукции:

1. Видеоролики
2. Информационные материалы на сайте, посвященные данной программе
3. Презентации

Кадровое обеспечение

Учитель и педагог дополнительного образования, имеющий высшее или среднее профессиональное образование без предъявления к стажу педагогической работы или лицо, не имеющее соответствующего образования, но обладающее достаточным практическим опытом, знаниями, умениями и выполняющее качественно и в полном объеме возложенные на него должностные обязанности, представленное по рекомендации директора учреждения, в порядке исключения, на должность педагога дополнительного образования.

Методическое обеспечение

В ходе реализации программы используются следующие методы обучения.

Словесные методы обучения (диалог педагога с обучающимися, диалог обучающихся друг с другом), консультация.

Метод практической работы:

Упражнение (упражнение, тренинг)

Письменные работы (конспект)

Графические работы (составление таблиц, схем, графиков, диаграмм)

Метод наблюдения:

(ведение дневника наблюдения, фото и видеосъемка)

Исследовательские методы:

(экспериментальные занятия)

Кроме того программа подразумевает внедрение новых методов, методик, средств, технологий в образовательном процессе. Таких как

Метод проблемного обучения

Проблемное изложение материала: анализ истории научного изучения проблемы

Эвристическая беседа

постановка проблемных вопросов, объединение основных понятий определений, терминов

Самостоятельная постановка, формулировка и решение проблемы обучающимися, поиск и отбор аргументов, фактов, доказательств

Проектно- конструктивные методы

Разработка проектов, программ

Моделирование ситуации, создание новых способов решения задачи

Метод игры

(игры: дидактические, развивающие, познавательные, игры на развитие внимания и памяти, ролевая игра, настольные игры)

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности обучающихся на занятии:

- метод проблемного изложения, исследовательский

- объяснительно- иллюстративный

- репродуктивный

-словесный

-метод стимулирования

Методы в основе которых располагается уровень деятельности учащихся:

- исследовательский

-репродуктивный

-частично – поисковый

Методы, в основе которых лежит способ организации занятий:

-наглядный

-практический

-словесный

Оценочные материалы

Предметом оценки образовательных результатов является сформированность основ безопасного поведения и умением использовать приобретенными навыками. Механизм оценивания направлен на комплексный подход выявления знаний обучающихся.

1. Уровень теоретических знаний:

- низкий уровень. Обучающийся знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала неуверенное, требующие корректировки наводящими вопросами. Не всегда может спрогнозировать последствия своих действий в той или иной ситуации.

- средний уровень. Обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требует дополнительных вопросов.

- высокий уровень. Обучающийся знает изученный материал. Может дать логический выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом

2. Уровень практических навыков и умений. Оценивание результатов викторин и тестов:

- Низкий уровень - менее 40% правильных ответов

- Средний уровень - 40-80-% правильных ответов

- Высокий уровень - свыше 80% правильных ответов

3. Самостоятельная деятельность:

- Высокий – самостоятельно выполняет заданное задание без помощи педагога

- Средний – выполняет задание с небольшой помощью педагога

- Низкий – выполняет задание только с помощью педагога и под постоянным контролем.

В работе используются контрольные задания, устный опрос, педагогическое наблюдение, создание проблемных, затруднительных заданий (шаблоны-головоломки и т.п.), викторины, проекты, творческие задания, конкурсы, выставки, акции.

Список литературы

1. Волович В.Г. Академия выживания. — М.: ТОЛК, 2006.
2. Детская энциклопедия: помоги себе и другим, или безопасность в чрезвычайных ситуациях: [познават. журн. для девочек и мальчиков] / [авт.-сост.: Ю. Воробьев, Ю. Гуллер, В. Пучков]. — М. : Аргументы и факты, 2005.
3. Маслеников, В.В. Безопасность жизнедеятельности: Учебник. / В.В. Маслеников. - М.: АСВ, 2014.
4. Маслов АС, Константинов Ю.С., Латчук В.П. Способы автономного выживания человека в природе: Учебное пособие. — М.: Академия, 2004.
5. Радзиевская Л. Ты и животные / Л. И. Радзиевская. — М. : Оникс, 2009.

Цифровые образовательные ресурсы:

1. Все о пожарной безопасности <http://www.0-1.ru>
2. Первая помощь <http://www.meduhod.ru>
3. Портал детской безопасности <http://www.spas-extreme.ru>
4. Энциклопедия безопасности <http://www.opasno.net>
5. Личная безопасность <http://personal-safety.redut-7.ru>
6. Образовательные ресурсы Интернета-Безопасность жизнедеятельности <http://www.alleng.ru>

7. Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё Безопасности Жизнедеятельности <http://www.bezopasnost.edu66.ru>
8. Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях <http://www.hardtime.ru>
9. Внешкольная экология. Программа «Школьная экологическая инициатива» <http://www.eco.nw.ru>
10. Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности» <http://kuhta.clan.su>
11. Портал детской безопасности <http://www.spas-extreme.ru> Россия без наркотиков
12. Электронные ресурсы по теме «Безопасность детей в Интернете» <http://www.internet-kontrol.ru/>
13. Азбука безопасности / Сайт предназначен для детей, юношества, взрослых. <http://azbez.com/safety/internet>

Приложение

Общее понятие опасности и чрезвычайной ситуации

Мир вокруг нас не всегда может быть спокоен и добр. В нем вы, всегда, можете встретиться с опасностью. Опасность - это события или действия, способные нанести вред или даже привести к смерти человека. Люди накопили много знаний о самых разнообразных опасностях: о пожарах и отравлениях, об авариях и бытовых травмах, об укусах собак и насекомых; с ними мы с вами и будем знакомиться.

Три правила помогут вам: - предвидеть опасность; - избегать ее; - при необходимости действовать.

Чем лучше вы усвоите приемы безопасного поведения, тем легче справитесь с опасностями, которые могут подстергать в повседневной жизни.

Есть три типа опасностей, которые могут подстергать людей в жизни:

1. природа (свирепые ветры (ураганы), извержения вулканов и землетрясения, гигантские волны (цунами) и наводнения);
2. техника (аварии на транспорте, пожары и взрывы);
3. человек (очень часто источником опасности может стать сам человек).

Давайте посмотрим на картинки, и попробуем, определить какой тип опасности на них изображен.

Опасность может касаться только тебя одного или небольшого количества людей. Наверное, все из вас, когда-нибудь болели, вы помните как вредно и противно лежать дома, пить противные лекарства, нельзя выйти на улицу и побегать с друзьями. А почему?

Во-первых, вы если вы не здоровы, вам необходимо побыстрее справиться с болезнью и дать возможность вашему организму успешно бороться против болезни, поэтому вам и нельзя подвергать себя нагрузкам. Сил для борьбы с болезнью не останется. И тогда она может одержать победу и будет гораздо серьезнее. НИКОГДА НЕ НАДО ТОРОПИТЬСЯ ВЫЗДОРОВЕТЬ.

Во-вторых, многие болезни бывают заразными, то есть могут переходить от одного человека к другому. Поэтому больного необходимо оградить по возможности от общения с другими людьми. Если вы же не хотите, чтобы заболели близкие вам люди, даже при простом насморке необходимо закрывать платком лицо. Один неосторожный чих в классе может привести к эпидемии сначала в классе, а потом и во всей школе, а дальше во всем городе.

Да не позавидуешь такому городу, если все люди в нем заболеют. А ведь воспользоваться платочком было так просто. Помните, при первых признаках заболевания сразу же необходимо обратитесь к взрослым. А теперь я предлагаю вам вспомнить и рассказать о ситуациях, которые произошли с вами или вашими знакомыми и были связаны с окружающими вас людьми и с болезнями, которые с ними происходили.

Ребята, а какие советы вы могли бы дать, чтобы успешно противостоять заразным заболеваниям?

Как приятно греться на солнышке, бегать по зеленой лужайке собирать вкусные ягоды – все это дает нам природа.

Но и добрая природа может таить множество опасностей: красивая ягода может оказаться несъедобной и даже ядовитой, ласковый зверек может укусить за руку, хотя вы его хотели только погладить, а такой красивый и добрый лес может стать злым и неприятным, если вы в нем потеряетесь. Но и природа может угрожать не только одному человеку, но и большому количеству людей. Наводнение или землетрясение способно нанести вред десяткам городов вместе с живущими там людьми.

А теперь я предлагаю вам вспомнить и рассказать о тех опасных ситуациях, которые произошли с вами или вашими знакомыми и были связаны с природой.

Какую огромную пользу приносит людям техника: автомобили и автобусы доставляют нас быстро в школу, электростанции освещают и согревают дома, газовая или электрическая плитка готовят такие вкусности. НО... Поторопился перебежать через улицу – бац- и на несколько дней оказался в больнице; проверили, кто живет внутри электророзетки, и весь дом оказался без света, а у вас болят руки от ожога; попробовали приготовить вкусные оладушки, как бабушка, и готово – кухня в дыму и почему-то страшно угощать всех, чем-то горелым и непонятным. **НИКОГДА САМОСТОЯТЕЛЬНО НЕ ПЫТАЙТЕСЬ ПРИГОТОВИТЬ ПИЩУ - ЭТО ОЧЕНЬ ОПАСНО.**

Вышесказанное, естественно, неприятно. Но эти примеры затрагивают одного конкретного человека, но гораздо опаснее, если происходит авария в крупных масштабах, например крушение поезда на железной дороге, где все гораздо труднее исправить.

Опасная ситуация, в которой опасность грозит большому количеству людей, называется чрезвычайной.

А теперь я предлагаю вам вспомнить и рассказать о тех опасных ситуациях, которые произошли с вами или вашими знакомыми и были связаны с использованием техники.

Что же необходимо знать и как себя вести, чтобы избежать опасностей и неприятностей. Необходимо помнить, что многих неприятностей можно избежать, если вести себя правильно:

- В городе много автомобилей. Пешеходы - хозяева на тротуарах, автомобили - на проезжей части. Если те и другие соблюдают правила дорожного движения, то они не будут мешать друг другу;

- Переходите через дорогу только по пешеходным переходам и только по зеленому сигналу светофора; - Не играйтесь со спичками, не берите их в руки вообще, все самые большие пожары начинались с маленького возгорания;

- Не отходите далеко от своего дома, без взрослых и вы не заблудитесь; - Опасно играть с незнакомыми животными на улице – они могут вас укусить;

- Старайтесь не общаться с незнакомцами, мы ведь не знаем, чего они хотят;

- Если вдруг вы увидели дым или огонь – телефон для вызова пожарных – 01;

- Во всех ситуациях, когда вы не уверены, что вы должны делать обращайтесь к взрослым: родителям, соседям, учителям.

Конечно, это далеко не все правила безопасного поведения, но даже соблюдение этих несложных правил позволит избежать множества опасностей, которые могут угрожать Вам, Вашей жизни и здоровью. Очень часто именно незнание и шалости могут привести к не самым лучшим последствиям:

В завершение веселое стихотворение Г. Остера о непоседе

Кто не прыгал из окошка

Вместе с маминым зонтом, Тот лихим парашютистом

Не считается пока. Не лететь ему, как птице, Над взволнованной толпой, Но лежать ему в больнице

С забинтованной ногой.

Подведем итог: опасности могут нас подстергать в самых неожиданных местах, но если знать как правильно себя вести в той или иной ситуации, их всегда можно избежать.

Безопасность на дороге

Автомобиль, дорога, пешеход как неразрывно связаны эти три слова. С каждым днем на наших дорогах появляется все больше и больше автомобилей. Высокие скорости и интенсивность движения требуют от водителей и пешеходов быть очень внимательными.

Дисциплина, осторожность и соблюдение правил дорожного движения водителями и пешеходами – основа безопасного движения на улице.

Однако статистика гласит: примерно **три четверти** всех дорожно-транспортных происшествий происходит с участием детей. Ежегодно на дорогах России погибает около 1,5 тыс. детей. Чьих-то самых лучших, самых любимых. 24 тыс. детей получают ранения.

Это не просто цифры. Это чьи-то страдания, боль, невозможные потери, крушения чьих-то надежд. Если посмотреть на эти цифры в сравнение со Вселенной, то они ничтожно малы, а если рассматривать их по количеству выплаканных мамами слез то это огромные цифры.

Наиболее частыми причинами **несчастных случаев и аварий на улицах и дорогах** являются:

- переход через проезжую часть вне установленных для перехода мест;
- неожиданный выход из-за движущихся или стоящих транспортных средств или других препятствий, мешающих обзору;
- неподчинение сигналам светофора;
- игры на проезжей части и ходьба по ней при наличии тротуара.

Одним из опасных мест в городе является **перекрёсток**, здесь самое оживлённое движение: мчатся машины, спешат люди. Именно здесь стоит светофор. Он помогает регулировать движение, помогает устанавливать на улицах и дорогах порядок.

При переходе проезжей части необходимо смотреть не перед собой, на стоящий на остановке общественный транспорт или светофор, а на приближающиеся или стоящие автомобили.

Следует помнить правила безопасности на пешеходном переходе:

- *Ожидая зеленого света на переходе, стойте подальше от края тротуара: перекрёсток – самое аварийное место.*
- *Не маневрируйте на перекрёстке вблизи заворачивающего транспорта: у автобуса траектория борта может опасно отличаться от той, которую вы предполагаете. Есть риск, что подпираемые сзади такими же торопливыми пешеходами вы не сможете отскочить, даже если бы успели.*
- **Чтобы избежать уличных опасностей, не ходите по улице с наушниками**, то есть не слушайте попутно магнитофон или радио: можно не услышать приближающийся автомобиль.

Придерживайтесь обязанностей пешеходов.

1. Пешеходы обязаны пересекать проезжую часть в специально отведённых для этого местах при разрешающих сигналах светофора. При отсутствии светофорного регулирования пересечение допустимо только при отсутствии близко идущего транспорта.

2. При наличии тротуаров движение пешеходов по проезжей части запрещено.

3. В ненаселённых пунктах движение пешеходов разрешается по левой стороне дороги, навстречу транспортным средствам.

4. Пешеходам запрещается выходить на проезжую часть из-за стоящего транспортного средства, не убедившись в отсутствии движущихся по дороге автомобилей.

5. Ожидать маршрутное транспортное средство и такси разрешается только на приподнятых над проезжей частью площадках, а при их отсутствии на тротуаре или обочине.

6. При движении по обочинам или краю проезжей части в тёмное время суток или в условиях недостаточной видимости пешеходам рекомендуется иметь при себе предметы со световозвращающими элементами и обеспечить видимость этих предметов водителями транспортных средств.

ЗАПОМНИТЕ!

Опасности могут быть не только на улицах, но и во дворах, жилых зонах, где дороги не делятся на тротуары и проезжую часть. Поэтому по ним могут ходить пешеходы и ездить при необходимости автомобили. **Будь всегда внимательным и осторожным! Примите к сведению и старайтесь соблюдать правила поведения на дороге в различных ситуациях:**

- Играть следует там, где нет движения транспорта: на детских площадках, в парках, во дворах, на стадионах в скверах, на лужайках, во дворах;

- Следует избегать игр вблизи дороги;

- На самокатах, роликах, коньках следует кататься там, где нет движения транспорта;

- Детям до 14 лет нельзя выезжать на велосипеде на проезжую часть;

- Во дворах домов следует избегать игр там, где возможен проезд транспорта;

- Входить и выходить из транспорта можно только после полной остановки транспортного средства

- Пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам, а при их отсутствии - по обочинам. При движении по краю проезжей части пешеходы должны идти навстречу движению транспортных средств

- Группы детей разрешается водить только по тротуарам и пешеходным дорожкам, а при их отсутствии - и по обочинам, но лишь в светлое время суток и только в сопровождении взрослых.

- Пешеходы должны пересекать проезжую часть по пешеходным переходам, в том числе по подземным и надземным, а при их отсутствии - на перекрестках по линии тротуаров или обочин.

- При отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка разрешается переходить дорогу под прямым углом к краю проезжей части на участках без разделительной полосы и ограждений там, где она хорошо просматривается в обе стороны.

- В местах, где движение регулируется, пешеходы должны руководствоваться сигналами регулировщика или пешеходного светофора, а при его отсутствии - транспортного светофора.

- Выйдя на проезжую часть, пешеходы не должны задерживаться или останавливаться, если это не связано с обеспечением безопасности движения. Пешеходы, не успевшие закончить переход, должны остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений. Продолжать переход можно, лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения и с учетом сигнала светофора (регулировщика).

- При приближении транспортных средств с включенными синим проблесковым маячком и специальным звуковым сигналом пешеходы обязаны воздержаться от перехода проезжей части, а находящиеся на ней должны уступить дорогу этим транспортным средствам и незамедлительно освободить проезжую часть.

- При переходе через проезжую часть, следует соблюдать правила: необходимо остановиться на краю дороги, посмотреть налево, затем направо, чтобы

выяснить, не приближается ли транспорт с другой стороны, при переходе через дорогу, смотри по сторонам и наблюдай, что происходит справа и слева.

- При переходе через дорогу нужно руководствоваться сигналами светофоров
- Светофоры бывают транспортные, пешеходные и др.
- Транспортный светофор состоит из трех секций. Если рядом с транспортным светофором нет пешеходного, руководствуйся его сигналами;

- Пешеходный светофор состоит из двух секций. Для красного и зеленого сигналов. Если имеется пешеходный светофор, нужно руководствоваться его сигналами.

- Круглые сигналы светофора имеют следующие значения:

- **ЗЕЛЕНЫЙ СИГНАЛ** разрешает движение;

- **ЗЕЛЕНЫЙ МИГАЮЩИЙ СИГНАЛ** разрешает движение и информирует, что время его действия истекает и вскоре будет включен запрещающий сигнал (для информирования водителей о времени в секундах, остающемся до конца горения зеленого сигнала, могут применяться цифровые табло);

- **ЖЕЛТЫЙ СИГНАЛ** запрещает движение, и предупреждает о предстоящей смене сигналов;

- **ЖЕЛТЫЙ МИГАЮЩИЙ СИГНАЛ** разрешает движение и информирует о наличии нерегулируемого перекрестка или пешеходного перехода, предупреждает об опасности;

- **КРАСНЫЙ СИГНАЛ**, в том числе мигающий, запрещает движение.

Сочетание красного и желтого сигналов запрещает движение и информирует о предстоящем включении зеленого сигнала.

Безопасность на дорогах зависит, прежде всего, от самих участников дорожного движения – от водителей транспортных средств, пешеходов, пассажиров. Каждый из нас является участником дорожного движения. Поэтому наша безопасность порой от нас, от культуры нашего поведения на улице, в транспорте, на остановках.

Помните! Исправить вмятину на машине значительно проще, чем рану на человеке. Будьте внимательны и осторожны! Соблюдайте Правила дорожного движения!

Безопасное поведение в бытовых ситуациях

Сегодня мы познакомимся с опасностями, которые могут возникнуть в быту и научимся правильно вести себя в непредвиденных ситуациях для того, чтобы оградить свою жизнь и жизнь близких людей от опасностей.

Быт – это повседневный уклад жизни человека. К нашим домам для создания необходимых бытовых условий подключено электричество, горячая и холодная вода, газ, в многоэтажных домах работает лифт. В каждом доме и квартире имеются различные устройства и бытовые приборы, которые обеспечивают использование воды, электричества и газа.

Каждый день вы умываетесь и чистите зубы, принимаете душ, для чего используете краны и смесители, установленные в ванной. С помощью кранов вы подбираете температуру воды и напор струи. Когда набираете воду в чайник или моете посуду, помогая маме, вы используете воду, подведённую к кухне.

Когда ходите в туалет, используете воду из сливного бачка, в котором установлен поплавковый затвор. Возможно, с разрешения родителей пользуетесь газовой плитой для приготовления пищи. Для этого к квартире подведён газопровод и установлена газовая плита или газовая колонка.

Вы постоянно пользуетесь различными электрическими приборами: утюгом, светильником, телевизором, радиоаппаратурой.

Для этого существует электропроводка, а в определённых местах установлены электророзетки и выключатели комнатного освещения.

Всё это обыденно и привычно. Однако в определённых условиях при использовании хорошо знакомого оборудования и приборов могут возникнуть опасные ситуации для вас, ваших близких и для дома.

Такие ситуации могут возникать по двум причинам. **В первом случае** вы сами можете создать опасную ситуацию, нарушив правила использования оборудования и бытовых приборов. **В другом случае** независимо от вас может возникнуть опасная ситуация: резко возросло электронапряжение в сети, потёк кран, перекрывающий воду в ванной, и др.

Для того чтобы вы знали, как избежать возникновения опасной ситуации в быту, а если она возникла, уменьшить её негативные последствия, мы рассмотрим основные бытовые ситуации, в которых необходимо соблюдать определённые правила.

Безопасное обращение с электричеством

В доме электричество обеспечивает освещение, обогрев, приготовление пищи, работу различных бытовых приборов: телевизора, радиоаппаратуры и др. В то же время электричество при определённых условиях представляет серьёзную опасность для жизни и здоровья человека.

Электрический ток при прохождении через человеческое тело вызывает его нагрев и может привести к ожогу. При электрических ожогах могут быть серьёзно повреждены внутренние ткани тела человека. Кроме того, поражение электрическим током может привести к остановке сердца или к остановке дыхания.

Чтобы этого не произошло, в повседневной жизни необходимо соблюдать ряд общих правил безопасного обращения с электричеством:

1. не пользуйтесь неисправными электроприборами, никогда не оставляйте включённый электроприбор без присмотра;
2. не включайте в одну розетку несколько электроприборов;

3. соблюдайте порядок включения электроприбора в сеть: сначала подключается шнур к прибору, а затем – шнур к сети. Отключение прибора производится в обратном порядке;

4. не прикасайтесь к включенному электроприбору мокрыми руками; помните: нельзя пользоваться электрическими устройствами, находясь в воде;

5. об обнаруженных неисправностях в электроприборах, об оголённых и плохо изолированных проводах немедленно сообщайте взрослым.

Помните! Нельзя тушить водой горящие электрические устройства, подключённые в электрическую сеть.

Безопасное обращение с бытовым газом

В настоящее время очень широко используется бытовой газ. Он может применяться в газовых плитах для приготовления пищи и в газовых колонках для подогрева воды.

Газ, используемый для бытовых целей, может быть двух видов: сжиженный газ в баллонах и городской магистральный газ.

Бытовой газ не имеет ни цвета, ни запаха, но, для того чтобы можно было обнаружить его утечку, в него добавляют специальные вещества, имеющие специфический запах.

Чем опасна утечка газа? Утечка газа может привести к отравлению человека и взрыву в помещении. Чтобы предотвратить это, необходимо соблюдать правила безопасности при использовании бытового газа. Перечислим основные из них: — Чтобы зажечь газовую горелку, сначала поднесите зажжённую спичку, а затем плавно и осторожно откройте газовый кран. — Не оставляйте включённые газовые горелки без присмотра. — Следите за тем, чтобы нагреваемая на газовой плите жидкость не залила пламя горелки. — Заметив потухшую горелку, не пытайтесь её зажечь вновь – это может привести к взрыву. Перекройте кран подачи газа, распахните окна и как следует проветрите кухню. Сообщите о случившемся взрослым. — Если в помещении чувствуется запах газа, нельзя зажигать спички, включать свет и электроприборы до момента ликвидации утечки газа и полного проветривания помещения.

Меры безопасности при пользовании водой

Вода в дом поступает по трубам и распределяется в ванную, кухню и туалет, где имеются специальные устройства (краны, смесители и т. д.).

Когда этими устройствами пользуются с соблюдением необходимых правил, опасных ситуаций не возникает. Вот эти правила:

1. Никогда не оставляйте открытым кран с льющейся водой без присмотра.

2. Никогда не оставляйте кран открытым, если вода отключена. Воду могут включить в то время, когда никого не будет дома, и она затопит помещение.

3. Никогда не выбрасывайте мусор в унитаз – можно засорить канализацию, и канализационная вода со всем содержимым начнёт поступать в дом.

4. Не оставляйте без внимания неисправные краны, просачивание воды в отопительной системе и в водопроводе. Обо всём замеченном расскажите взрослым и покажите место неисправности.

Помните! Вовремя устранившаяся неисправность может предотвратить аварию.

Безопасность и компьютер

В каждом доме есть компьютер, а может и несколько.

Компьютер – очень полезная, а часто необходимая вещь. Однако неправильное обращение с ним может нанести вред здоровью.

Правила работы за компьютером:

— в соответствии с установленными нормами непрерывная продолжительность работы школьника за компьютером не должна превышать двадцати пяти минут; — после каждого продолжительного занятия за компьютером рекомендуется выполнять определённые физические упражнения;

Для снятия утомления плечевого пояса и рук можно применять упражнения с чередованием напряжения и расслабления отдельных мышечных групп. Выполняйте также комплекс упражнений для глаз. Сидя или стоя, отвернувшись от экрана, при ритмичном дыхании выполните движения глазами с максимальной амплитудой.

— следите за тем, чтобы положение монитора соответствовало направлению взгляда, середина экрана монитора располагалась на уровне глаз или чуть ниже;

— не работайте в тёмном или полутёмном помещении.

Безопасное обращение со средствами бытовой химии

Средства бытовой химии – это различные моющие средства, растворители, аэрозольные баллоны, горючие вещества, лаки и краски. Все они нужны в повседневной жизни, но многие из них ядовиты и опасны для человека, если не соблюдать правила их хранения и использования. Основные правила обращения со средствами бытовой химии:

1. Использовать средства бытовой химии следует только по назначению в соответствии с указаниями на этикетке.

2. Все средства бытовой химии должны храниться отдельно от пищевых продуктов, лекарств и обязательно иметь заводскую этикетку. Средства бытовой химии должны храниться в сухих, хорошо проветриваемых помещениях. Их нельзя хранить в жилой комнате, на кухне, в ванной. В городской квартире хранить средства бытовой химии предпочтительнее в туалете или на лоджии.

3. Аэрозольные баллоны нельзя хранить возле газовых и электрических плит и других источников тепла, нельзя работать с ними при включенных газовых горелках. Не следует пытаться вскрыть даже использованный баллон.

Помните! Нельзя хранить пищевые продукты в ёмкости, освободившейся из-под средств бытовой химии.

В домашних условиях иногда приходится пользоваться различными инструментами для выполнения мелких домашних работ: молотком, ручной пилой, сверлом, отвёрткой, ножом, ножницами и др.

Приведём ряд принятых правил безопасного обращения с инструментами: — рабочее место перед работой надо освободить от всех посторонних и ненужных предметов и инструментов; — при работе положение тела должно быть устойчивым; — при работе с режущими и колющими инструментами их режущие поверхности и острые кромки должны быть направлены в сторону, противоположную телу; пальцы рук, удерживающие обрабатываемый предмет, необходимо держать на достаточном удалении от острых кромок; обрабатываемый предмет надёжно закрепить в тисках или в каком-либо другом защитном приспособлении; — на рабочем месте режущие и колющие предметы должны располагаться на видном месте.

А в заключение приведём несколько советов, как уберечься от случайных травм в повседневной жизни:

1. не сидите на подоконнике, когда окно открыто, не рискуйте – можно потерять равновесие и упасть;
2. не прыгайте с большой высоты, не ходите по высоким парапетам и карнизам, показывая свою ловкость и храбрость. Это может кончиться травмой;
3. если возникла необходимость куда-то подняться по приставной лестнице, надо, чтобы кто-то придерживал лестницу внизу; следите за тем, чтобы лестница была установлена правильно;
4. если вы сбегаете вниз по лестнице, держитесь за перила – это подстрахует вас от падения, если нога соскользнёт со ступеньки.

Сегодня мы познакомились с опасностями, которые могут возникнуть в быту и научились правильно вести себя в непредвиденных ситуациях, благодаря чему сможем сохранить свою жизнь и жизнь близких людей.

Пожарная безопасность

Сегодня мы с вами не только узнаем, что называется пожаром, но и познакомимся с основными причинами пожаров, с правилами пожарной безопасности, с первичными средствами пожаротушения. Научимся правильно действовать в случае пожара и эвакуироваться из кабинетов школы.

Мифы Древней Греции гласят: Титан Прометей сотворил первых людей по образу бессмертных богов. Он научил людей строить дома и корабли, охотиться, считать, читать и писать, приносить жертвы богам и гадать о будущем. Когда бог Зевс отнял у людей огонь, Прометей похитил у богов искорку пламени. Он спрятал ее в стебле тростника и принес людям.

В жизни человека огонь играет очень важную роль. При помощи огня человек обеспечил себя теплом и светом. Без огня сегодня невозможна жизнь человека на нашей планете: огонь плавит руду, приводит в движение автомашины, пароходы, самолеты, ракеты, помогает вырабатывать электроэнергию.

Огонь приносит пользу, если человек обращается с ним осторожно, соблюдая необходимые меры безопасности. Но небрежное обращение с огнем может привести к пожару.

Пожаром называется неконтролируемый процесс горения, уничтожающий материальные ценности и создающий опасность для жизни людей. Наиболее часто пожары возникают в жилых домах. В каждом доме увеличивается количество электроприборов. Это холодильники, телевизоры, стиральные машины, электронагревательные приборы, то есть все, что стало необходимым и привычным в повседневной жизни. Нарушение правил пользования любым электроприбором может привести к пожару.

Запомните! Большая часть пожаров происходит по вине самих людей, от их небрежности в обращении с огнем. Пожар может возникнуть всюду, где огонь оказался без контроля.

Причиной пожара может стать и игра с огнем. В нашей стране из-за этого вспыхивает примерно каждый шестой пожар.

В начале лета начинается обильное цветение тополя. Улицы, дворы покрываются тополиным пухом. Он проникает в окна чердаков, забивается в подвалы домов, сараи. Дети ради забавы поджигают тополиный пух и смотрят, как бежит по нему огонь. Часто такие игры заканчиваются пожаром.

Не меньшую опасность представляет неосторожное обращение с пиротехническими изделиями – хлопушками, петардами, фейерверками и бенгальскими

огнями. Если искры от них попадут на легковоспламеняющиеся предметы, может вспыхнуть пожар.

Опасность пожара представляет брошенная горящая спичка или непотушенный окурок.

К пожару может привести нарушение правил пользования легковоспламеняющимися жидкостями, проведение опытов с неизвестными химическими веществами и аэрозольными баллонами.

Помните! Пожар легче не допустить, чем тушить.

В повседневной жизни необходимо строго соблюдать правила пожарной безопасности. Вот основные из них:

1. Не играйте со спичками, следите, чтобы с ними не играли ваши товарищи;
2. Не устраивайте игр с огнем вблизи строений, в сараях, на чердаках и в подвалах домов;
3. Соблюдайте меры пожарной безопасности при использовании пиротехнических изделий;
4. Не нагревайте на огне незнакомые предметы, упаковки из-под порошков и красок, особенно аэрозольные баллоны;
5. Не оставляйте без присмотра включенные электронагревательные приборы;
6. Не оставляйте без присмотра включенный телевизор; при любом нарушении его работы немедленно отключите его от сети, вынув вилку из розетки;
7. Не поджигайте тополиный пух и сухую траву;
8. Соблюдайте меры предосторожности при пользовании газовой плитой; ею лучше пользоваться, когда дома есть взрослые.

Помните всегда, что нарушение любого из названных правил пожарной безопасности может привести к пожару в доме.

Действия в том случае, если пожар уже начался

В нашей стране в настоящее время создана специальная система, направленная на борьбу с пожарами, – пожарная охрана. Пожарная охрана в нашей стране подразделяется на Государственную противопожарную службу, ведомственную пожарную охрану и добровольную пожарную охрану.

Государственная противопожарная служба является основным видом пожарной охраны. Государственная противопожарная служба организует и осуществляет охрану населенных пунктов и предприятий от пожаров, осуществляет их тушение. Главная задача Государственной противопожарной службы – профилактика пожаров.

В случае возникновения пожара, необходимо вызвать пожарных по телефону. (01 или 112).

Диспетчеру необходимо сообщить следующие данные: — причину вызова; — точный адрес, где произошел пожар; — свою фамилию и номер телефона, с которого вы звоните.

Также необходимо записать фамилию или номер дежурного, принявшего вызов. Если проезд к месту пожара затруднен, указать наилучший маршрут, по возможности встретить пожарную машину и проводить пожарных к горящему объекту.

В том случае, если очаг возгорания небольшой, можно начать его тушение самостоятельно.

Пожар обычно случается неожиданно, и поэтому очень важно в такой ситуации не растеряться. Паника – плохой помощник в сложной обстановке.

Нельзя открывать окна, так как приток кислорода поддерживает горение;

Нельзя тушить водой включенные в сеть электроприборы и лить воду на электрические провода. Во избежание поражения электрическим током, необходимо отключить электроэнергию. Или отключить от сети, то есть вынуть вилку из розетки, загоревшийся электроприбор.

Очаг возгорания можно тушить подручными средствами – водой, плотной мокрой тканью.

Легковоспламеняющиеся жидкости (бензин, керосин) тушат мокрой тканью, огнетушителем, песком, землей из цветочных горшков.

В лесу, парке возгорание можно потушить, засыпав его землей или сырыми ветками.

Правила эвакуации из здания школы в случае возникновения пожара

На предприятиях и в учреждениях, в том числе и в школах, на случай пожара заблаговременно разрабатываются планы эвакуации людей и спасения имущества. Эти планы обычно вывешиваются на видном месте, чтобы каждый имел возможность их внимательно рассмотреть и запомнить.

При составлении плана эвакуации учреждения учитываются следующие показатели:

- Определяются основные и запасные выходы;
- Подготавливаются наружные и внутренние лестницы;
- Приводятся в готовность средства оповещения – звонки, сигнализация;
- Приводятся в готовность средства пожаротушения.

Сегодня мы с вами отработали наши действия по тушению небольшого очага возгорания и узнали, что необходимо делать, если сработала система оповещения в школе.

В заключении хотелось бы вспомнить народную мудрость: **«Вор ворует — стены оставляет, а пожар — ничего»**. Надеюсь, что вы запомнили правила пожарной безопасности!

Тест на закрепление и проверку знаний

1. По какому телефону можно вызвать пожарную охрану?

- А) 04
- Б) 03
- В) 01

2. Что самое опасное при пожаре

- А) огонь
- Б) дым
- В) плохая видимость

3. Что необходимо сделать, прежде всего, если в доме неожиданно начался пожар, который ты не можешь потушить самостоятельно?

- А) убежать;
- Б) закричать, позвать на помощь;
- В) вызвать пожарников по телефону 01.

4. Если в подъезде дым, что ты должен сделать?

- А) нужно выйти и посмотреть, где и что горит;
- Б) закрыть дверь и заткнуть щели мокрыми тряпками;
- В) не обращать внимания – ведь горит не в твоей квартире.

5. Как вести себя в задымленном помещении?

- А) передвигаться на четвереньках;
- Б) забраться как можно выше;

Ключ к тесту В Б В БА

Криминогенные ситуации и личная безопасность.

Личная безопасность дома и на улице

Криминогенные ситуации – это ситуации уголовного характера, которые относятся к преступлениям.

Не все люди могут иметь по отношению к вам добрые намерения. Есть люди, которые стремятся добиться своих целей преступным путём. К ним относятся воры, грабители, мошенники, хулиганы и насильники.

Вор – это преступник, занимающийся воровством. Воровать – это значит тайно присваивать себе чужие вещи. Воры бывают разные: одни воруют из карманов и сумок – карманники, другие обворовывают квартиры.

Грабитель – это преступник, который занимается грабежом, открытым похищением чужого имущества. Грабитель агрессивен и очень опасен. Совершение ограбления доставляет ему удовольствие от сознания превосходства над жертвой.

Мошенник – это преступник, который занимается хищением чужого имущества путём обмана или злоупотребляя доверием. Необходимо отметить, что мошенник – хороший артист. Он легко может убедить и обмануть свою жертву, умеет устанавливать контакты с разными людьми.

Хулиган – это человек, который умышленно совершает действия, грубо нарушающие общественный порядок, с применением оружия или предметов, используемых в качестве оружия.

Насильник – это преступник, заставляющий человека что-то делать против его воли, оказывающий принудительное воздействие на кого-то, нарушающий чужую неприкосновенность. Внешность насильника ничем не примечательна, это самый обычный человек. Но самое страшное в том, что он считает своим великим предназначением найти жертву и заставить её страдать.

Это наиболее характерные портреты преступников, с которыми желательно избегать встреч в повседневной жизни.

Обратим внимание на ещё один тип опасного человека – это пьяный человек. Человек в состоянии алкогольного опьянения не преступник, однако он опасен для остальных.

Пьяный человек может пристать к вам на улице, в транспорте и в общественном месте. Поступки пьяного бесконтрольны и агрессивны, поэтому пьяных людей надо избегать.

Чтобы обеспечить личную безопасность, необходимо выработать умение отказываться от нежелательного общения. Необходимо соблюдать ряд общеизвестных правил личной безопасности.

Правила личной безопасности – это правила поведения в различных местах и ситуациях, позволяющие уменьшить вероятность возникновения опасной ситуации при общении с незнакомыми людьми.

Вот эти правила:

1. не ходите в отдалённые и безлюдные места;
2. не вступайте в разговор с незнакомым человеком на улице;
3. не принимайте подарки и угощения от незнакомых людей;
4. не пускайте посторонних в свою квартиру;
5. не садитесь в чужую машину без родителей;
6. не входите с незнакомым человеком в лифт;
7. будьте бдительны, не трогайте незнакомые подозрительные предметы;
8. будьте осторожны и не вступайте в общение с религиозными пропагандистами на улице или в общественном месте;

9. избегайте общения с пьяным человеком;
10. научитесь быть наблюдательными.

О личной безопасности дома

Нельзя никому открывать дверь, даже если это пришла соседка. Причем это правило распространяется и на то время, когда родители дома. Входную дверь должны открывать только взрослые, так как у близких есть ключи от квартиры. Если незнакомый человек пытается открыть дверь, нужно сразу же позвонить в полицию по телефону 02 и назвать точный адрес, а затем из окна или с балкона звать на помощь соседей и прохожих.

Нельзя по телефону незнакомым людям рассказывать, что вы сейчас одни дома, а мама придет только через 3 часа.

Нельзя вступать в продолжительные беседы с посторонними. Незнакомым людям надо отвечать приблизительно так: "Мама (папа) сейчас очень занята и не может подойти к телефону». Спросите, кому они должны перезвонить. Не верьте, что кто-то придет или придет к вам по просьбе родителей, если они сами не позвонили вам или не сообщили об этом заранее.

Нельзя ничего кидать с балкона и из окна. К окнам вообще лучше не подходить и не выглядывать на улицу. Даже если в квартире очень жарко, не оставляйте открытыми большие окна (даже если на них натянута сетка от комаров), исключение составляют маленькие форточки.

Основные правила поведения на прогулке:

- 1) Если возможно, не гуляйте в одиночестве.
- 2) Идя по пустынной дороге или тротуару, держитесь на некотором расстоянии от кустов, невысоких стен, тёмных подъездов.
- 3) Одевайтесь так, чтобы одежда не препятствовала движению, бегу.
- 4) Если вас преследуют, идите к людным местам.
- 5) Обязательно сообщайте о любом происшествии родителям.
- 6) Если существует действительная опасность для здоровья и жизни и вам приходится защищаться, делайте всё возможное для спасения своей жизни.

Опасное место – это место, где одинаково небезопасно в любое время суток. Но кроме опасных мест существует еще и опасное время. При планировании маршрута движения в школу, магазин, на стадион и т. д. необходимо продумать, как миновать эти места. Помните, что в любом городе и районе есть места, которые безопасны в любое время суток. Это отделение полиции, пост ГИБДД (Государственной инспекции безопасности дорожного движения), пожарная часть и даже любой магазин, почта, банк, так как там есть охрана. При планировании маршрутов движения по городу это тоже надо учитывать.

Опасное время – это период значительного повышения риска для собственной безопасности. Тёмное время вечером и ранним утром наиболее опасно, так как на улицах мало людей.

Основные рекомендации, даваемые полицией:

- 1) Если вы возвращаетесь домой из гостей поздно, попросите взрослых проводить вас.
- 2) Предупредите своих домашних о времени прихода.
- 3) Если за вами идёт незнакомый человек, не заходите в подъезд, задержитесь в любом месте.
- 4) Не входите в лифт с незнакомым человеком.

- 5) Если же вам всё-таки пришлось подниматься в лифте с незнакомцем, то знайте, что лифт можно использовать как средство связи. Кнопка «вызов диспетчера».
- 6) Подходя к дому или квартире, осмотритесь.
- 7) Если у вас отнимают ценные вещи, отдайте, ведь жизнь и здоровье дороже.

Рекомендации по безопасному поведению в общественных местах, где проводятся массовые мероприятия:

- 1) Оказавшись в месте проведения массового мероприятия, не стремитесь попасть в наиболее плотное скопление людей на ограниченном пространстве.
- 2) Если вы столкнулись с нарушением правил пожарной безопасности и общественного порядка, лучше заранее покинуть мероприятие.
- 3) Никогда и ни при каких обстоятельствах не вступайте в перебранку в общественном месте.
- 4) Если к вам пристаёт подвыпивший человек, лучше отойдите от него.

Рекомендации по безопасному поведению в толпе: — Если вы оказались в толпе, не идите против её движения, придерживайтесь общей скорости движения. — Старайтесь избегать центра толпы и её края, уклоняйтесь от всего неподвижного в пути следования (столбов, тумб, деревьев), чтобы не быть прижатым к таким предметам. — Не цепляйтесь ни за что руками, вам всё равно не хватит сил сдержать напор толпы. — Толчки сбоку и сзади сдерживайте согнутыми в локтях и прижатыми к телу руками. — Если у вас что-то упало, ни в коем случае не пытайтесь поднять, так как вы можете упасть, а это очень опасно. — Если вы упали, постарайтесь быстро встать, для чего упритесь руками и одной ногой в землю и резко выпрямитесь по ходу движения людей. — Ведите себя спокойно и миролюбиво, не делайте резких движений. Не поддавайтесь панике или агрессивному настроению толпы. — Не обсуждайте происходящее, старайтесь выполнять указания организаторов движения или блюстителей порядка.

Взрывное устройство

Для того чтобы не стать жертвой взрыва, необходимо знать ряд признаков взрывных устройств. Взрывное устройство может быть в банке из-под пива, пачке сигарет, игрушке, ящике, свёртке и т. д.

Правила поведения при обнаружении бесхозной вещи:

— Не прикасайтесь к бесхозным вещам. Ни в коем случае нельзя пытаться самостоятельно обезвредить взрывное устройство. — Сообщите о находке должностному лицу (в метро – машинисту поезда, в автобусе – водителю и т. д.) или работнику полиции.

Правильное поведение в различных криминогенных ситуациях поможет вам избежать неприятностей и сохранить вашу жизнь и здоровье.

Вопросы для закрепления.

- 1) Какие места на улице можно считать опасными и почему?
- 2) Составьте для себя правила личной безопасности:
 - а) при следовании в школу и из школы домой;
 - б) на пути в магазин за покупками и обратно;
 - в) при посещении общественного места (стадиона, кинотеатра, музея);
 - г) при возвращении из дома своего товарища.

1. Задание.

составьте список своих действий в каждой из описанных ниже ситуаций:

- 1) на улице к вам обращается незнакомый человек с просьбой помочь ему найти дом, клуб, магазин;
- 2) в общественном транспорте к вам начал приставать пьяный человек;
- 3) на улице вам предлагают принять участие в беспроигрышной лотерее;
- 4) в общественном транспорте к вам пристала попрошайка;
- 5) в салоне автобуса под сиденьем вы обнаружили бесхозную сумку;

б) идёте к подъезду своего дома и видите, что незнакомый человек наблюдает за вами.

Погодные условия и безопасность человека

Погода, что под ней следует понимать? Вы уже знаете, что Землю окружает воздушная оболочка – атмосфера. Воздушная оболочка Земли очень подвижна, непостоянна и изменчива. Изменения воздушной оболочки Земли и определяют погоду.

Погода – это состояние атмосферы в определённом месте и в определённое время. Изменение погоды оказывает значительное влияние на состояние здоровья людей. «У природы нет плохой погоды» – поётся в одной песне. Но не всякая погода хороша, многие погодные условия несут в себе опасность для здоровья и жизни человека.

Какие основные показатели определяют состояние погоды? О них вы слышите каждый день по радио и телевидению, когда передают прогноз погоды.

Первый показатель – это **температура воздуха**, которая колеблется в зависимости от времени года, времени суток и температуры воздушной массы над определённым районом.

Второй важный показатель – это **атмосферное давление**, которое оказывает влияние на движение воздуха – ветер.

Ветер – это третий показатель погоды. Ветер характеризуется направлением (откуда дует) и скоростью перемещения воздуха.

В зависимости от скорости перемещения воздуха различают: свежий ветерок – скорость ветра от 5 до 10 м/с, шторм – скорость ветра 20 м/с или 70 км/ч и более, при скорости 30 м/с (свыше 100 км/ч) начинается ураган.

Другие характеристики погоды определяются наличием облачности и осадков (дождя, снега).

Для предсказания погоды на Земле существуют наземные метеостанции. Во всём мире их около 20 тыс. Они собирают данные о температуре воздуха, давлении, влажности, направлении и силе ветра. Эти данные обобщаются, и на их основе создаётся прогноз погоды, который вы слышите по радио и телевидению. Чтобы избежать неприятных последствий, в повседневной жизни необходимо руководствоваться показаниями синоптиков. Если ожидается холодная погода, подумайте о тёплой одежде, если дождливая – наденьте одежду, защищающую от дождя.

Кроме того, в природе бывают явления, которые при определённых условиях опасны для здоровья человека. Это **гроза, гололёд и метель**.

Гроза Гроза – это бурное ненастье с дождём, громом и молниями. Грозы связаны с развитием кучево-дождевых облаков, со скоплением в них большого количества электричества. Многократные электрические разряды, происходящие в облаках или между облаками и землёй, называются молниями. Гроза обязательно сопровождается раскатами грома и порывами ветра.

Рассмотрим основные признаки приближения грозы. На горизонте можно заметить скопление мощных кучево-дождевых облаков. Они быстро надвигаются и вскоре занимают всё небо.

Перед началом грозы становится тихо и душно. Природа замирает – это «затишье перед бурей». Потом ветер начинает дуть порывами, резко меняет направление, а затем усиливается, поднимает пыль, срывает листья и ломает ветки деревьев, может сорвать крыши у домов. Затем сверху из надвинувшейся тучи обрушивается стена проливного дождя, иногда с градом. Сверкают молнии, раздаются оглушительные раскаты грома.

Чем опасна гроза для человека? Прежде всего, молниевым разрядом. Прямое попадание молнии в человека может закончиться трагически. Ежегодно в мире от молний погибает около 3000 человек.

Другая опасность – сильный ветер, который ломает ветки деревьев и может нанести повреждения зданиям. Сломанная ветка дерева, сорванный кусок кровли могут стать причиной травмы человека.

Наконец, сильный ливень с градом, если от него вовремя не укрыться, также таит в себе серьёзную опасность для человека.

Как вести себя во время грозы:

1. Если появились признаки приближения грозы, необходимо остаться в помещении и переждать её.

2. Если гроза застала вас дома, помогите родителям обезопасить ваш дом, а если их нет, то сами закройте окна, выключите телевизор, радио и другие электроприборы. Во время грозы воздержитесь от разговоров по телефону.

3. Если гроза застала вас в парке, в лесу, не укрывайтесь вблизи высоких деревьев, особенно таких, как сосна, дуб, тополь. Дерево при ударе молнии расщепляется и может загореться. Лучше укрыться на участке с низкорослыми деревьями.

4. Если гроза застала вас на улице, следует укрыться в подъезде любого дома.

5. Если гроза застала вас в водоёме, необходимо выйти из воды, отойти от берега и спрятаться в укрытии (им может послужить овраг, ложбина, любое другое естественное укрытие).

Сильная гроза обычно длится недолго, редко более двух часов, поэтому лучше всего переждать её в доме. Жизнь дороже потерянного времени.

Ещё одним из опасных природных явлений является гололёд.

Гололёд – это слой плотного льда, который образуется на земной поверхности (тротуарах, проезжей части дороги) и на предметах (деревьях, проводах, домах и т. д.) при намерзании капель переохлаждённого дождя и мороси обычно при температуре воздуха от 0 ноля до -3 С.

Толщина льда при гололёде может достигать нескольких сантиметров.

Гололедица – это тонкий слой льда, который образовался на земной поверхности после оттепели или дождя в результате похолодания, а также после замерзания мокрого снега.

Гололёд и гололедица на улицах и дорогах являются причиной травм пешеходов из-за падений, особенно опасно падение навзничь (на спину, вверх лицом), что может привести к сотрясению мозга.

Какие меры предосторожности следует предпринять, чтобы снизить отрицательные последствия гололёда и гололедицы?

Если в прогнозе погоды указывается вероятность появления на улицах и дорогах гололёда и гололедицы, необходимо выйти из дома пораньше, чтобы иметь запас времени и не спешить.

Советуем вам соблюдать правила передвижения по улице в гололёд:

- подобрать плохо скользящую обувь с подошвой на микропористой основе;
- приклеить лейкопластырем к каблуку кусок поролона перед выходом из дома;
- наклеить лейкопластырь на сухую подошву и каблук (наклейку сделайте крест-накрест или лесенкой), а перед выходом наступить в песок;
- можно перед выходом натереть подошву наждачной бумагой.

Передвигаться в гололёд надо осторожно, ступая на всю подошву. Ноги при ходьбе должны быть слегка расслаблены, руки свободны.

Если вы поскользнулись, сразу присядьте, чтобы снизить высоту падения. Сгруппируйтесь, чтобы исключить падение навзничь, в момент касания земли перекатитесь, чтобы смягчить силу удара.

Зимой часто происходят снежные заносы и метели.

Снежный занос – это природное явление, связанное с обильным выпадением снега при скорости ветра свыше 15 м/с и продолжительности снегопада более 12 ч.

Метель – это перенос снега ветром в приземном слое воздуха. Часто метель сопровождается снегопадом.

Пурга – сильный ветер со снегопадом.

Снежные заносы и метели приводят к тому, что под снегом оказываются здания, останавливается движение на автомобильных и железных дорогах, нарушается нормальная жизнь населённых пунктов. Высота снежного заноса может достигать более 1 м. При метели возможно частичное разрушение зданий и крыш, а также обрыв воздушных линий электропередачи.

Как себя правильно вести во время метели или пурги?

1. При получении сигнала о приближении метели плотно закройте окна и двери, чердачные люки. Уберите с балконов и подоконников вещи, чтобы их не унесло воздушным потоком. Позаботьтесь о средствах автономного освещения (фонарях, керосиновых лампах, свечах), так как электроэнергию могут отключить. Подготовьте лопаты для уборки снега;

2. Во время пурги старайтесь не выходить из дома;

3. После метели в условиях снежного заноса необходимо определить возможность выбраться из-под заносов самостоятельно. В этом случае полностью действуйте по плану родителей, помогайте им предпринять все меры для благополучного выхода из создавшегося положения;

4. Если сильная пурга застала вас в дороге, зайдите в первый попавшийся дом и попроситесь остаться в нём до её окончания. В данном случае риск общения с незнакомыми людьми оправдан.

Погодные условия довольно разнообразны, многие таят достаточно большую угрозу для нашей жизнедеятельности. Но при правильном поведении можно эти опасности свести к минимуму.

1. Вопросы для закрепления изученного материала.

- 1) Что такое погода и какими основными показателями она характеризуется?
- 2) Что такое гроза, в какое время года она бывает? Чем опасна гроза?
- 3) Опишите признаки приближения грозы.
- 4) Гололёд и гололедица – когда они возникают и чем опасны для человека?
- 5) Снежный занос и метель – чем характеризуются эти явления? Найдите в художественной литературе описание метели.

2. Ситуационные задачи.

1) Вы с родителями гуляете в городском парке. Неожиданно началась гроза. Как вы будете действовать в этой ситуации? Какие правила необходимо соблюдать?

2) Гроза застала вас на улице. Что необходимо предпринять?

3) Завтра вам предстоит идти в школу. По телевизору в вечерней программе объявили о возможном гололёде и гололедице завтра на улице. Что необходимо сделать, чтобы снизить вероятность несчастного случая?

Безопасность на водоемах

Многие современные города и населённые пункты расположены на берегах естественных водоемов: рек, озёр или морей, во многих есть искусственные пруды, водохранилища.

С давних пор человек использовал воду рек и озёр в своём хозяйстве и быту. Для бытовых нужд, особенно для питья и приготовления пищи, нужна чистая пресная вода.

Эта вода в процессе её промышленного использования загрязняется различными химическими веществами, становится непригодной для использования человеком и сбрасывается в реки и озёра, загрязняя их. Поэтому в черте города и вблизи него вниз по течению вода в реках непригодна для питья, а в некоторых местах опасна даже для купания.

Летом, в жаркую погоду лучший отдых – на берегу реки, озера или водохранилища, но надо помнить, что не во всех местах можно купаться. Если на берегу установлен знак «Купаться запрещено», не следует нарушать этого запрета, как бы ни было велико желание искупаться.

Умение хорошо плавать – одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде.

Лучше всего купаться в специально оборудованных местах: на пляжах, в бассейнах; обязательно предварительно пройти медицинское освидетельствование и ознакомиться с правилами внутреннего распорядка мест для купания.

В походах место для купания нужно выбирать там, где чистая вода, ровное песчаное или гравийное дно, небольшая глубина (до 2 м), нет сильного течения.

Начинать купаться рекомендуется в солнечную безветренную погоду при температуре воды 17-19С Цельсия, воздуха – 20-25С. В воде следует находиться 10-15 минут, перед заплывом необходимо предварительно обтереть тело водой.

При переохлаждении тела пловца в воде могут появиться судороги, которые сводят руку, а чаще ногу или обе ноги. При судорогах надо немедленно выйти из воды. Если нет этой возможности, то необходимо действовать следующим образом:

1. Изменить стиль плавания – плыть на спине.
2. При ощущении стягивания пальцев руки, надо быстро, с силой сжать кисть руки в кулак, сделать резкое отбрасывающее движение рукой в наружную сторону, разжать кулак.
3. При судороге икроножной мышцы необходимо при сгибании двумя руками обхватить стопу пострадавшей ноги и с силой подтянуть стопу к себе.
4. При судорогах мышц бедра необходимо обхватить рукой ногу ниже голени у лодыжки (за подъем) и, согнув ее в колене, потянуть рукой с силой назад к спине.
5. Уколоть себя любым острым предметом (булавкой, иголкой и т.п.)
6. Уставший пловец должен помнить, что лучшим способом для отдыха на воде является положение «лежа на спине».

Чтобы избавиться от воды, попавшей в дыхательные пути и мешающей дышать, нужно немедленно остановиться, энергичными движениями рук и ног удерживаться на поверхности воды и, подняв голову как можно выше, сильно откашляться. Чтобы избежать захлебывания в воде, пловец должен соблюдать правильный ритм дыхания. Плавая в волнах, нужно внимательно следить за тем, чтобы делать вдох, когда находишься между гребнями волн. Плавая против волн, следует спокойно подниматься на волну и скатываться с нее. Если идет волна с гребнем, то лучше всего подныривать под нее немного ниже гребня.

Попав в быстрое течение, не следует бороться против него, необходимо не нарушая дыхания плыть по течению к берегу.

Оказавшись в водовороте, не следует поддаваться страху, терять чувство самообладания. Необходимо набрать побольше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.

Запутавшись в водорослях, не делайте резких движений и рывков. Необходимо лечь на спину, стремясь мягкими, спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыл.

Нельзя подплывать близко к идущим судам с целью покачаться на волнах. Вблизи идущего теплохода возникает течение, которое может затянуть под винт. Опасно прыгать (или нырять) в воду в неизвестном месте – можно удариться головой о грунт, корягу, сваю и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.

Не менее опасно нырять с плотов катеров, лодок, пристаней и других плавучих сооружений. Под водой могут быть бревна, топляки, сваи, рельсы, железобетон и пр. Нырять можно лишь в местах, специально для этого оборудованных. Нельзя купаться у крутых, обрывистых и заросших растительностью берегов. Здесь дно может оказаться очень засорённым корнями и растительностью. Иногда песчаное дно бывает зыбучим, что опасно для не умеющих плавать.

Правила катания на лодке

Важным условием безопасности на воде является строгое соблюдение правил катания на лодке. Нельзя выходить в плавание на неисправной и полностью необорудованной лодке. Перед посадкой в лодку надо осмотреть ее и убедиться в наличии вёсел, руля, уключин, спасательного круга, спасательных жилетов для всех пассажиров и черпака для отлива воды. Посадку в лодку нужно осуществлять осторожно ступая посреди настила. Садиться на балки (или скамейки) нужно равномерно. Ни в коем случае нельзя садиться на борт лодки, пересаживаться с одного места на другое, а также переходить с одной лодки на другую, раскачивать лодку и нырять с нее.

Запрещается кататься на лодке детям до 16 лет без сопровождения взрослых, перегружать лодку сверх установленной нормы для этого типа лодки, пересекать курс моторных судов, близко находиться к ним и двигаться по судовому ходу. Опасно подставлять борт лодки параллельно идущей волне. Волну надо «резать» носом лодки поперек или под углом.

Если лодка опрокинется, в первую очередь нужно оказать помощь тому, кто в ней нуждается. Лучше держаться всем пассажирам за лодку и общими усилиями толкать ее к берегу или на мелководье.

Для тех, кто плавать не умеет или делает это плохо, особую опасность представляют различные надувные плавсредства: камеры, пояса, резиновые матрацы и т.п.

Лучший способ чувствовать себя уверенно в воде – это научиться плавать и постоянно поддерживать навыки безопасного поведения на воде.

Помните!

Необходимо научиться отдыхать на воде, не терять самообладания и правильно действовать в критической ситуации, не стесняясь звать на помощь.

Не менее важно знать и правила безопасного поведения на замёрзших водоёмах. Перемещаться по замёрзшему водоёму рискованно, тем более в одиночку. Но в случае возникшей необходимости переходить водоём рекомендуется только в проверенных местах, обозначенных специальными предупредительными знаками. Если безопасные места не обозначены, необходимо внимательно осмотреть лёд.

Помните! Для одиночных пешеходов лёд считается прочным, когда его толщина не менее 7 см, для группы людей – 12 см.

Прочность льда можно определить по следующим признакам: — наиболее прочен чистый прозрачный лёд, мутный лёд ненадёжен; — на участках, запорошенных снегом,

лёд тонкий и некрепкий; — в местах впадения в озеро (или реку) ручьёв, речек обычно образуется наиболее тонкий лёд.

Не рекомендуется передвигаться по льду при плохой видимости в туман, метель, сильный снегопад.

Порядок действий, если вы провалились под лёд:

1. не следует беспорядочно барахтаться и наваливаться всей тяжестью тела на кромку льда;

2. постарайтесь опереться локтем на лёд и переместить тело в горизонтальное положение (учтите, что выбираться нужно в ту сторону, откуда вы шли, то есть возвращаться на уже пройденную и проверенную дорогу);

3. осторожно вытащите на лёд одну ногу, затем другую;

4. постарайтесь выкатиться на лёд и без резких движений, не вставая, переместитесь подальше от опасного места (ползите в ту сторону, откуда вы шли);

5. на твёрдом льду встаньте и постарайтесь быстро добраться до жилья.

Важно помнить, что водоемы – это не только место для отдыха, но и место повышенной опасности для человека.

1. Вопросы для закрепления изученного материала.

1) Можно ли пить сырую воду из открытых водоёмов и рек?

2) В каких водоёмах можно купаться?

3) Почему нельзя нырять в воду в незнакомых местах?

4) В каких местах лёд наиболее безопасен для движения?

2. Ситуационные задачи.

1) Вы решили с товарищами пойти искупаться. Какое место вы выберете для купания? (Пляж на берегу водоёма, берег реки за городом, не оборудованный для купания, городской пруд в парке.)

2) При плавании вы почувствовали, что ногу сводит судорогой. Ваши действия?

3) Вам необходимо перейти по льду на другую сторону реки. Что вам следует учесть при выборе направления для перехода?

4) При переходе по льду водоёма втроем под одним из вас проломился лёд. Ваши действия?