

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АЛТАЙСКОГО КРАЯ

Краевое государственное бюджетное учреждение для детей-сирот
и детей, оставшихся без попечения родителей,
оказывающее социальные услуги,
«Троицкий центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей»

Утверждаю 
зам. директора КГБУ «Троицкий центр
помощи детям, оставшимся
без попечения родителей»
М.Б.Заканова

Приказ № 3 от 20 сентября 2020 г.

Рабочая программа «Помоги себе сам»

по реализации дополнительных общеобразовательных
программ структурного подразделения дополнительного
образования

для воспитанников 9-12 лет

педагог-организатор Субботина И.С.



Разработала Субботина Ирина Сергеевна

педагог-организатор
первой квалификационной категории

с.Троицкое, 2020 г.

Пояснительная записка

В соответствии с требованиями Федеральных законов Российской Федерации «Об образовании», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об охране окружающей природной среды», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», «О гражданской обороне» и др. разработана программа «Помоги себе сам!» для учащихся 9-12 лет.

Актуальность программы. Одними из основных моментов в практической реализации вышеуказанных законов Российской Федерации являются постоянное информирование населения, пропаганда знаний, обеспечение правильных действий населения в опасных для жизни и здоровья условиях в случае возникновения чрезвычайных ситуаций. В соответствии с вышеизложенным предлагается программа, обеспечивающая непрерывность обучения населения, начиная с младшего школьного возраста, правильным действиям в опасных для жизни и здоровья ситуациях.

Новизна программы. Новизна представленной программы заключается в том, что она объединила в себе теоретические сведения из области анатомии, физиологии, гигиены, психологии, учитывает природно-климатические условия нашего региона. Данная интеграция помогает сформировать у детей осознанный выбор здорового образа жизни, научить бережному отношению к себе и своему здоровью, способствует развитию памяти, мышления, речи, воображения, учит приемам самопознания и саморегуляции.

История развития человеческого общества неразрывно связана с реальными чрезвычайными ситуациями природного, техногенного, эпидемиологического, социального характера. Нередко чрезвычайными ситуациями становились причиной гибели и страданий людей, уничтожения материальных ценностей, изменения окружающей природной среды, привычного уклада жизни. Иногда чрезвычайные ситуации приводили к закату цивилизаций и государств, служили толчком в развитии народов и регионов. Крупномасштабные чрезвычайные ситуации приводили к подрыву экономических и политических систем, пересмотру вопросов взаимодействия человека и природы, человека и техники, людей между собой.

Почти каждый день мы слышим из средств массовой информации, видим на экранах телевизоров и мониторов сообщения и сюжеты о катастрофах, авариях, бедствиях и других трагедиях, но случается и так, что мы сами становимся свидетелями или участниками какой-либо чрезвычайной ситуации, никто от этого не застрахован. И подрастающее поколение должно быть готово к таким ситуациям, к активным действиям в них, ведь профессиональная помощь не всегда может прибыть вовремя, а каждая выигранная секунда зачастую означает спасенную жизнь.

Программа «Помоги себе сам!» рассчитана на 2020-2021 учебный год обучения (34 часа) и включает в себя ряд лекционных и практических занятий.

Реализация программы позволит:

- привить учащимся начальные знания, умения и навыки в области безопасности жизни;
- выработать необходимые умения и навыки безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций.

Цель - формирование социального опыта ребёнка, осознание им необходимости уметь применять полученные знания в нестандартной ситуации.

Задачи:

- развитие у детей чувства ответственности за свое поведение;
- формирование бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- стимулирование у ребенка самостоятельности в принятии решений и выработка умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни.

Используются следующие **методы обучения:**

- ✓ словесный метод (беседа, лекция, объяснение, консультация, диалог);
- ✓ метод показа, или наглядный метод;
- ✓ практический метод (самостоятельное и совместно выполнение работы);
- ✓ метод расчлененного разучивания материала.

Методы работы с детьми с ОВЗ:

- ✓ в связи с быстрой утомляемостью, неустойчивостью внимания есть потребность развивать устойчивое внимание у детей с ОВЗ.
- ✓ в случае наступления переутомления у ребёнка с ОВЗ, для него необходимо закончить занятие, похвалив за проделанную работу.
- ✓ для детей с ОВЗ необходимо давать задание поэтапно с неоднократным повторением и алгоритмом действия.

Для ребёнка младшего возраста особенно актуальны следующие способы передачи своего отношения к полученной информации: движение (активное практическое действие, игра как реализация полученных знаний, рисунок) и слово (беседа, рассказ). Последовательность изучения тем дополнительного материала по программе «Помоги себе сам!» определяется содержанием тем основного курса. В ходе реализации содержания программы учащиеся должны овладеть не только правилами безопасного поведения в различных ситуациях, но и путями и средствами укрепления здоровья: уметь оказывать первую медицинскую помощь, общаться со сверстниками и взрослыми, знать о значении природного окружения для здоровья человека.

Программой предусмотрены обязательные **практические занятия:**

- работа с дидактическим материалом (в игровой форме);
- изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций (например, знакомство с правилами дорожного движения на улицах, площадях и перекрестках, расположенных вблизи Центра).

Программа построена с учетом уровня подготовки и общего развития учащихся и включает в себя основные, наиболее часто встречающиеся опасные ситуации, в которых ребенок может оказаться дома, на улице, в школе, в природных условиях.

На отдельных занятиях возможно привлечение психолога, мед.работника, работников МЧС (спасателей, пожарных), представителей МВД.

Ведущий вид деятельности: компетентностный, личностно - ориентированный, деятельностный.

Ценностные установки:

- взаимоуважение;
- стремление к познанию и истине;
- целеустремлённость;
- настойчивость.

Ожидаемые результаты:

- учащиеся смогут развить психологическое мышление, внимание, память;
- научатся самостоятельно выходить из трудных жизненных ситуаций;
- научатся эффективно общаться со взрослыми и сверстниками;
- узнают, как разрешить конфликтную ситуацию;
- разовьют чувство собственного достоинства;

- научатся преодолевать неуверенность, страх, повышенное волнение в различных ситуациях;
- научатся ставить собственные цели и успешно достигать их.

Связь с учебными предметами: ОБЖ, окружающий мир, биология.

Формы подведения итогов.

Итоговые занятия по каждому разделу «Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся», «Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи».

Тематический план

№ п/п	Наименование разделов	Кол-во часов
1	Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.	29
2	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	5

Содержание программы:

№ п/п	Название темы	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Знакомство с ребятами. Знакомство с планом и графиком работы	1
Раздел I. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся (29 ч)		
2-3	Безопасное поведение на улицах и дорогах	2
4-5	«Наш друг светофор».	2
6	«Знакомство с улицей города»	1
7-8	«Дорожные знаки»	2
9-10	Безопасность в сети интернет	2
11-12	Пожарная безопасность и поведение при пожарах	2
13	Беседа-сказка "О том, что бывает, если люди правил не знают"	1
14-15	«Если к вам подошел незнакомец»	2
16	Безопасное поведение на воде	1
17-18	«Источники опасности дома»	2
19	Тренинг «Один дома» (просмотр мультфильмов «Смешарики. Азбука безопасности».	1
20	«Если чужой приходит в дом»	1
21	Что делать если ты потерялся? Инструкция для ребёнка	1
22	«Дорога домой. Препятствия и опасности».	1
23-24	Коллективное изготовление стенда «Опасности по дороге в школу».	2
25-26	Час общения "Внимание! Стихийные бедствия"	2
27-28	Безопасное поведение на природе	2
29	Создание стенда «Уголок безопасности» (итоговое занятие)	1
Раздел II. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (5 ч)		
30	Уроки Айболита	1
31	Основные виды травм у детей младшего школьного возраста, первая медицинская помощь	1

32	Оказание первой медицинской помощи при порезах, ожогах, укусах насекомых	1
33	Первая медицинская помощь при отравлении пищевыми продуктами	1
34	Итоговое занятие «Отработка навыков оказания первой медицинской помощи»	1

Календарно – тематическое планирование кружка дополнительного образования «Помоги себе сам»

№ п/п	Дата	Название занятия	Содержание	Материально- технические условия и информационные ресурсы
1	07.09	Вводное занятие. Знакомство с ребятами. Знакомство с планом и графиком работы	Вводное занятие. Знакомство с ребятами. Знакомство с планом и графиком работы	План и график работы кружка
2	14.09	Безопасное поведение на улицах и дорогах	Дать знания детей о правилах уличного движения, дорожных знаках и их значении, о наземном транспорте.	Мультфильм «Аркадий Паровозов», памятки
3	21.09	Безопасное поведение на улицах и дорогах	Закреплять знания детей о правилах уличного движения.	Социальная реклама «Безопасность на улицах и дорогах»
4	29.09	«Наш друг светофор».	Познакомить детей с работой светофора, с назначением его сигналов.	Обучающая песенка «Светофор», раздаточный материал
5	05.10	«Наш друг светофор».	Закреплять знания детей о светофоре, назначениях его сигналов.	Цветная бумага, ножницы, клей, карандаши
6	12.10	«Знакомство с улицей города»	Познакомить детей с опасностями, которые могут происходить на улице.	Презентация «Прогулки по городу»
7	19.10	«Дорожные знаки».	Дать знания детям о дорожных знаках и их значении, о наземном транспорте.	Мультфильм «Про машинку и паровозика»
8	26.10	«Дорожные знаки».	Закреплять знания детей о дорожных знаках и их значении, о	Мультфильм «Уроки тётушки Совы «Азбука

			наземном транспорте.	дорожной безопасности»
9	02.11	Безопасность в сети интернет	Объяснить детям, что существует такое понятие как кибербезопасность, о влиянии интернета на человека. Осветить плюсы и минусы сети интернет.	Ссылки рекомендованные министерством по образованию (сайт, раздел Безопасный интернет) - дистанционно
10	09.11	Безопасность в сети интернет	Объяснить детям, что существует такое понятие как кибербезопасность, о влиянии интернета на человека. Осветить плюсы и минусы сети интернет.	Ссылки рекомендованные министерством по образованию (сайт, раздел Безопасный интернет) - дистанционно
11	16.11	Пожарная безопасность и поведение при пожарах	Изучение пожарной безопасности и обучение поведению при возникновении критической ситуации	Мультфильм «Аркадий Паровозов спешит на помощь «Осторожно, пожар!»
12	23.11	Пожарная безопасность и поведение при пожарах	Закрепление изученного материала при возникновении пожара.	Памятки по пожарной безопасности
13	30.11	Беседа-сказка "О том, что бывает, если люди правил не знают"	Дать детям представление о том, что может быть, если не знать правил жизни, правил поведения в определенных ситуациях.	Слайды
14	7.12	«Если к вам подошел незнакомый человек»	Обучать детей правильному, безопасному поведению, развивать у детей чувство осторожности, смелости и находчивости при появлении опасности.	Мультфильм «Аркадий Паровозов спешит на помощь «Почему нельзя садиться в машину к незнакомцу»
15	14.12	«Если к вам подошел незнакомый человек»	Убеждать детей в необходимости правильного, безопасного поведения, развивать у детей чувство осторожности, смелости и находчивости при появлении опасности.	Мультфильм «Аркадий Паровозов спешит на помощь «Незнакомец на улице», «Разговор с незнакомцем»
16	21.12	Безопасное поведение на воде	Ознакомить детей с ситуациями при	Мультфильм «Аркадий

			неаккуратном поведении на воде и 16.12способами их пред23.12отвращения.	Паровозов спешит на помощь «Безопасность на воде!», слайды, памятки
17	29.12	«Источники опасности дома»	Дать детям знания о правилах безопасного поведения дома, вырабатывать умение правильно и быстро принимать решения в экстремальной ситуации.	Мультфильм «Аркадий Паровозов спешит на помощь «Безопасность в доме»
18	11.01	«Источники опасности дома»	Укрепить знания детей о правилах безопасного поведения дома, упражнять детей в умении правильно и быстро принимать решения в экстремальной ситуации.	Видео с обсуждением
19	18.01	Тренинг «Один дома» (просмотр мультфильмов «Смешарики. Азбука безопасности».	Отрабатывать на определённой ситуации алгоритм безопасных действий.	Фрагменты из сказок в виде слайдов
20	25.01	«Если чужой приходит в дом»	Научить детей правильно вести себя дома, когда они остаются одни	Видео ролик «Не открывай чужому дверь»
21	01.02	Что делать если ты потерялся? Инструкция для ребёнка	Учить детей правильно вести себя, если он потерялся на улице и кому обратиться за помощью.	Видео, инструкция
22	08.02	«Дорога домой. Препятствия и опасности».	Воспитывать чувство самосохранения, актуализация знаний об источниках опасности на улице и безопасном поведении.	Памятка
23	15.02	Коллективное изготовление стенда «Опасности по дороге в школу».	Развитие творческих способностей с элементами практических знаний.	Поиск материала в сети интернет. Использование раздаточного материала
24	22.02	Коллективное изготовление стенда «Опасности по дороге в школу».	Дать понятие о функциональном назначении предметов, которые могут навредить здоровью. Развитие творческих способностей с элементами практических знаний. Дать понятие о функциональном	

			назначении предметов, которые могут навредить здоровью.	
25	01.03	Час общения "Внимание! Стихийные бедствия"	Ознакомить воспитанников с чрезвычайными ситуациями природного характера.	Видео, раздаточный материал
26	15.03	Час общения "Внимание! Стихийные бедствия"	Ознакомить с алгоритмом действий при возникновении ЧС природного характера.	Видео, раздаточный материал
27	22.03	Безопасное поведение на природе	Ознакомить воспитанников с опасностями, которые могут произойти в природной среде.	Видео, раздаточный материал
28	29.03	Безопасное поведение на природе	Ознакомить с алгоритмом действий при возникновении ЧС на природе.	
29	05.04	Создание стенда «Уголок безопасности»	Учить детей выбирать важное, главное, эстетично оформлять стены, размещать нужную, полезную информацию.	Поиск материала в сети интернет. Использование раздаточного материала
30	12.04	Уроки Айболита	Закрепить знания о правилах личной гигиены, формирование понимания важности заботы о собственном здоровье	Видео с обсуждением
31	19.04	Основные виды травм у детей младшего школьного возраста, первая медицинская помощь	Познакомить с основными видами травм у детей, воспитывать внимание, чувство ответственности за свою жизнь и жизнь окружающих. Научить оказывать ПМП	Картинки. Раздаточный материал
32	26.04	Оказание первой медицинской помощи при порезах, ожогах, укусах насекомых	Научить оказывать ПМП при порезах, ожогах, укусах насекомых	Картинки. Раздаточный материал, презентация
33	17.05	Первая медицинская помощь при отравлении пищевыми продуктами	Научить оказывать ПМП при отравлении пищевыми продуктами	Видеоурок
34	24.05	Итоговое занятие «Отработка навыков оказания первой медицинской помощи»	Отработка навыков оказания первой медицинской помощи.	Бинт, жгут, лейкопластырь, перекись водорода и т.д.

Список использованной литературы

1. Азбука маленького пешехода / Г.П. Шалаева. – М.:Филол. о-во СЛОВО, Эксмо, 2008.
2. Гостюшин А.В. Основы безопасности жизнедеятельности / Издательство ЛСТ. М.2000.
3. Дорожные знаки для маленьких пешеходов /Г.П. Шалаева. – М.: СЛОВО; Эксмо, 2007. Сценарии мероприятий по пожарной безопасности. –Волгоград: ИТД «Корифей». - 96 с.
4. Правила пожарной безопасности для общеобразовательных школ и других учебно-воспитательных учреждений. – Новосибирск; Сиб. унив. изд-во, 2008.- 46 с.
5. Повзик Я.С. и др. Пожарная тактика; - М.; Стройиздат, 1990-335 с.ил.
6. Федеральный закон от 21 декабря 1994 с исправлениями О пожарной безопасности.
7. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для общ. учрежд. 10 кл. И.Ф. Богоявленский и др., Под ред. Л.В. Лункевич. М.:ООО «Фирма издательство АСТ; 1999-384 с.ил.
8. Топоров И.Р. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для учащихся 5-9 кл. общ. учреждений.- М.: Просвещение, 1996.-158.:ил.
- 9 Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для общ. учрежд. 11 кл. А.Г. Смирнов, М.П. Фролов и др..- М: ООО «Издательство АСТ; 2000-320с.; ил.
10. Усачёв Л.А. Школа безопасности / Издательство. АСТ. М. 2000.
11. Правила дорожного движения. Занимательные материалы/Сост. Л.Б. Поддубная. - Волгоград: ИТД «Корифей». 2008
12. Правила дорожного движения/Сост. Л.Б. Поддубная.-Волгоград: ИТД «Корифей». 2007.
13. Под ред. Курцева П.А. Медико–санитарная подготовка учащихся/ М. «Просвещение». 1988.
14. Извекова Н.А. Правила дорожного движения / М. «Просвещение».1980.
15. Под ред. Воробьёва Ю.Л. / Основы безопасности жизнедеятельности/Издательство АСТ. М. 2007.
16. Дорожные знаки для маленьких пешеходов /Г.П. Шалаева. – М.: СЛОВО; Эксмо, 2007.
17. Мультимедийная установка.ЦОР «Азбука пешехода» диск.
18. Ковалько В.И. Игровой модульный курс по ПДД, или школьник вышел на улицу: 1-4 кл.-М.: ВАКО, 2009-192 с.
19. Профилактика детского-дорожно транспортного травматизма в нач. и средней школе: уроки, классные часы, внеклассные мероприятия, занятия с родителями /авт-сос. В.В. Шумилова, Е.Ф. Таркова. 2-е изд. Стереотип.- Волгоград: Учитель, 2008-222 с.
20. Изучаем правила дорожного движения 1-4 кл. Вып. 2 тематич. Занятия, классные часы и викторины./ авт-сост – А.В. Бармин и др. –Волгоград. Учитель 2010 г.

21. Основы безопасности жизнедеятельности : поурочные планы 4кл./сост. Г.П. Шевченко - Волгоград Учитель, 2009
22. Правила дорожного движения: метод.пособие. 1-4 кл./ В.Я. Сюньков/ под ред. П.В. Ижевского – 2-е изд. – М.: просвещение, 2009 г.
23. Леонтьев А.Н. ПДД для велосипедистов и водителей мопедов, ЭКСМО, 2008 г.
- 24 .В лучах светофора/ Ред.-сост. Л.И. Жук. МН.: Изд. ООО «Красико-Принт; 2003 г.
- 25.Тарасов Е.А. Самопомощь от А до Я Полный справочник/ М.: ЭКСМО, 2000 г.
26. Сценарий мероприятий по пожарной безопасности. /Автор сост. Ж.М. Карисова. – Волгоград:ИТД «Корифей». 2009 г.

Материально-техническое обеспечение

1. Комплект карточек для детей младшего школьного возраста по пожарной безопасности
- 2.Комплект карточек «Знаки безопасности».
3. Комплект карточек «Дорожные знаки».
4. Раздаточный материал по ПДД.
5. Мультфильмы «Аркадий Паровозов спешит на помощь»
6. Серия слайдов «Правила дорожного движения»
7. Серия слайдов «Группы дорожных знаков»
8. Серия слайдов «Правила поведения при пожаре»
9. Памятки
10. Социальная реклама «Безопасность на улицах и дорогах»
11. Инструкции «Если возник пожар, что делать»
12. Презентация «Прогулки по городу»
13. Обучающая песенка «Светофор», раздаточный материал
14. Видео ролик «Не открывай чужому дверь»
15. Вопросник «Как избежать опасности на улицах»
16. Видеоурок «Уроки Айболита»
16. Карточки «Первая медицинская помощь»