

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Гимназия №587
Фрунзенского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО

решением педагогического совета
ГБОУ Гимназия №587
Протокол № 1
от «27» августа 2026 года

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ Гимназия №587
С.Е. Кузнецова
Приказ № 520
от «28» августа 2026 года

S=RU, OU=Директор, O=ГБОУ Гимназия №587, CN=Кузнецова С. Е., E=
info.sch587@obr.gov.spb.ru
Я подтверждаю этот документ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности
«Безопасная жизнь»
для обучающихся 2 классов
На 2026-2027 учебный год

Составлена учителем
высшей квалификационной категории
Шегай Л.Н.

Санкт-Петербург
2026 год

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности по **спортивно-оздоровительному** направлению **"Безопасная жизнь"** составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования и является структурным элементом содержательного раздела Начальной образовательной программы начального общего образования ГБОУ Гимназия №587 Фрунзенского района Санкт — Петербурга утверждённой приказом директора № 520 от 28.08.2026

Место программы в учебном плане

Рабочая программа внеурочной деятельности по **спортивно-оздоровительному** направлению «Безопасная жизнь» ориентирована на учащихся 1-4 классов и направлена на реализацию образовательных стандартов на начальной ступени обучения. Рассчитана на 4 учебных года по 1 час в неделю. 1 класс-33ч, 2 класс-34ч, 3 класс-34 ч, 4 класс-34 часов. Всего 270 часов. Во втором классе 34 часа.

Цели программы:

- Сформировать у детей потребность предвидеть возможные жизненные экстремальные ситуации;
- Формировать у учащихся сознательное и ответственное отношение к личной безопасности и безопасности окружающих;
- Приобретение ими навыков сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, оказание помощи пострадавшим;
- Выработать достаточно твёрдые умения и навыки поведения в той или иной ситуации;
- Обучить детей методам обеспечения личной безопасности.

Задачи программы:

- развитие у детей чувства ответственности за свое поведение, 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
- приобретение учащимся начальных знаний, умений и навыков в области безопасности жизни;
- формирование у детей научно обоснованной системы понятий основ безопасности жизнедеятельности;

выработка необходимых умений и навыков безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

Личностные результаты

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

Метапредметные результаты:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
 - овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
 - формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
 - приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
 - развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
 - освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
 - формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
- Предметными результатами обучения ОБЖ в основной школе являются:

1. В познавательной сфере:

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

2. В ценностно-ориентационной сфере:

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

3. В коммуникативной сфере:

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

Воспитательные результаты:

- воспитание у школьников ответственности за личную безопасность,
- ответственного отношения к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;
- ответственного отношения к сохранению окружающей среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства.

К концу 2 класса учащиеся должны знать:

общие понятия опасности и чрезвычайной ситуации. Что такое авария на производстве, экологическая катастрофа, стихийное бедствие;

основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни». Режим дня, необходимые условия, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья. Как ухаживать за своим телом; основные виды травм у детей. Что такое первая медицинская помощь (на примере ожога). Как уберечься от порезов и ожогов;

общие правила оказания первой медицинской помощи при порезах, ожогах, укусах насекомых, кровотечениях;

источники возможной опасности и опасные ситуации, которые могут возникнуть дома;

опасные ситуации, которые могут возникнуть при контактах с незнакомыми людьми;

наиболее безопасный путь в школу и домой. Правила перехода дороги. Правила перехода дороги при посадке из транспортного средства;

правила безопасного поведения на улицах и дорогах. Где можно и где нельзя играть;

правила безопасного поведения при возникновении пожара в доме;

влияние на здоровье человека температуры окружающего воздуха и погодных условий (ветер, дождь, снег). Что значит одеться по сезону, правила поведения;

чистый воздух, его значение для здоровья человека, причины загрязнения воздуха;

правила безопасного поведения в парках, скверах, в лесу, понятие об ориентировке на местности;

опасные животные и насекомые. Правила безопасного поведения и меры защиты.

***Практическая работа:* к концу 2 класса учащиеся должны уметь:**

составить распорядок дня. Ухаживать за полостью рта, руками, ногами;

оказать медицинскую помощь при порезах, ожогах, укусах насекомых, первую медицинскую помощь при небольших кровотечениях, ожогах;

безопасно общаться с незнакомыми людьми на улице, в подъезде дома, по телефону;

выбрать наиболее безопасный путь в школу и домой. Правильно переходить дорогу, перекресток. Различать сигналы светофора и регулировщика;

правильно переходить дорогу при посадке из транспортного средства. Принять безопасную позу при аварийной ситуации в транспорте;

самостоятельно одеться по сезону;

самостоятельно ориентироваться и правильно вести себя в парках, скверах, в лесу;

правильно вести себя при встрече с животными и насекомыми (пчелами, осами).

Оказать первую медицинскую помощь при укусах насекомых.

Содержание программы «Безопасная жизнь»

1. Основы здорового образа жизни-3 ч

Режим дня школьника. Беседа по профилактике переутомления школьников. Основы личной гигиены. Просмотр мультфильма по этой теме. Умывание и купание в современных условиях жизни. Игра «как ухаживать за своим телом». Диспут «Сколько стоит здоровье?»

2. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи-4ч

Основные виды травм у детей младшего школьного возраста. Ожоги. Беседа «как уберечься от ожогов». Практикум «Первая медицинская помощь при ожогах». Первая медицинская помощь при кровотечениях, укусах насекомых. Обсуждение «Солнце – друг или враг?» Первая медицинская помощь при солнечном и тепловом ударах. Проект «Как себя вести, чтобы не случилось беды».

Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся-21ч

Возможные опасности и опасные ситуации, которые могут возникнуть дома. Их профилактика. Как вести себя, когда ты дома один. Беседа « Не торопись быть взрослым.» Электричество и газ как источники возможной опасности. Лекарства и средства бытовой химии как источники опасности. Игра «Мы с сестренкой (братишкой) дома одни». Просмотр учебного видео по теме. «Опасная высота» — опасности, возникающие при нарушении правил поведения в жилище, на балконах и лестничных клетках. Пожарная безопасность и поведение при пожаре. Учебная эвакуация из здания школы. Огонь и человек. Причина возникновения пожаров в доме. Конкурс рисунков «Спички не тронь! В спичках – огонь!» Дым и его опасность. Правила безопасного поведения при возникновении пожара в доме. Диспут «Всегда ли человек друг?» Правила безопасного общения с незнакомыми людьми на улице, в подъезде дома, по телефону, если звонят в дверь. Где можно и где нельзя играть. Наиболее безопасный путь в школу и домой. Пешеходная экскурсия по микрорайону. Правила перехода дорог. Движение пешеходов. Дорожные знаки. Сигналы светофора и регулировщика. Мы — пассажиры, обязанности пассажира. Безопасная поза при аварийной ситуации в транспорте. Конкурс рисунков «Соблюдай правила дорожного движения». Беседа «Температура окружающего воздуха, ее влияние на здоровье человека. Игра «Одежда по сезону». Погодные условия (ветер, дождь, снег), правила поведения. Если началась гроза. Правила поведения. Чтение рассказов о поведении людей во время грозы. Правила поведения в воде и возле водоемов

3. Защита человека в чрезвычайных ситуациях-6ч

Чрезвычайные ситуации. Общие понятия. Проведение игры «Зарница». Проведение физкультурных соревнований «Веселые старты». Конкурс плакатов и рисунков «Мы за ЗОЖ». Подготовка и проведение праздника Дня защиты детей.

Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Название разделов	Количество часов
1	Основы здорового образа жизни	3
2	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	4
3	Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся	21
4	Защита человек в чрезвычайных ситуациях	6
	ИТОГО	34